

Eevamaija Rajala

KAMUPANKKI

- AVUSTAJAPALVELU SATAKUNNAN ALUEEN TUKEA  
TARVITSEVILLE LAPSILLE JA NUORILLE

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

2013

## KAMUPANKKI - AVUSTAJAPALVELU SATAKUNNAN ALUEEN TUKEA TARVITSEVILLE LAPSILLE JA NUORILLE

Eevamaija Rajala  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Joulukuu 2013  
Ohjaaja: Kati Karinharju  
Sivumäärä: 43  
Liitteitä: 3

Asiasanat: tukea tarvitseva lapsi ja nuori, varhainen puuttuminen ja tuki, tukihenkilötoiminta, syrjäytyminen

---

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää Kamupankki - avustajapalvelua Satakunnan alueen tukea tarvitseville lapsille ja nuorille. Tavoitteena on kehittää tukihenkilötoimintaa ja avustajapankkia vastaava palvelu, joka tarjoaa ”kaveria” vapaa-ajalle.

Kyseessä on laadultaan toiminnallinen opinnäytetyö ja tutkimusmenetelminä käytetään osallistuvaa havainnointia ja pilotointia. Opinnäytetyön teoriaosuus koostuu nuoren terveydestä ja hyvinvoinnista, tukea tarvitsevan lapsen ja nuoren määrittelystä ja varhaisen puuttumisen sekä tuen merkityksestä lapselle ja nuorelle. Opinnäytetyötutkimusprosessiin kuului esteettömyyteen ja saavutettavuuteen perehtyminen Kamupankki - avustajapalvelun näkökulmasta. Varsinainen toiminnallinen osuus koostuu Kamupankin pilotoinnista yhden tukea tarvitsevan nuoren kanssa. Osallistuva havainnointi näkyy toiminnan suunnitteluna, toteuttamisena ja muistiin kirjaamisena. Myös kaikista yhteistyöpalavereista ja tapaamisista tehtävät muistiinpanot ovat merkittävä osa havainnointia.

Opinnäytetyön tuotoksena on esimerkki kamuna toimimisesta ja sen pohjalta tehty informaatio, kuinka Kamupankki - avustajapalvelua voi kehittää, minkälaisia mahdollisuuksia Porissa on viettää vapaa-aikaa ja harrastaa sekä samalla tietoa kustannuksista. Opinnäytetyön tuloksena on valmis Kamupankki – avustajapalvelun pilotointi ja sen kehittämisideoita. Merkittävä osa Kamupankki -avustajapalvelua on halu auttaa ja vaikuttaa, johon olennaisesti kuuluu halu toimia kamuna. Tärkeää on ottaa huomioon, että tukea tarvitseva henkilö ja kamu ovat keskenään tasavertaisia ja tärkeintä on yhdessä oleminen eikä avustaminen. Yhteistyön käynnistämisessä apuna toimivat lomakkeet, jotka täytetään yhdessä.

Tulevaisuudessa Kamupankki – avustajapalvelu on osa Satakunnan ammattikorkeakoulun palvelukeskus Soteekin toimintaa. Johtopäätöksenä voidaan todeta, että Kamupankki – avustajapalvelun avulla voidaan edistää tukea tarvitsevien lasten ja nuorten osallistumista vapaa-aikaan ja sen avulla voidaan vastata kentältä nousseeseen tuen tarpeeseen.

# KAMUPANKKI – AN ASSISTANT SERVICE FOR THE CHILDREN AND THE YOUNG WHO NEED SUPPORT IN SATAKUNTA REGION

Rajala, Eevamaija

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Social Services

December 2013

Supervisor: Karinharju, Kati

Number of pages: 43

Appendices: 3

Keywords: needing support children and young people, early intervention and support, support person activity, social exclusion

---

The purpose of this thesis is to improve Kamupankki (Buddy Bank) assistant service for the children and the young in need for support in Satakunta region. The main goal is to develop a service similar to assistant bank and supporting person activity that provides “buddy” for free time.

The nature of this study is functional. The research methods are participative observation and piloting. The literature study part consists of the youth’s health and well-being, definition of the children and the young needing support and the significance of early intervention and support for the children and the young. With the study process there was involved familiarizing oneself with accessibility and achievability from the Kamupankki assistant service point of view. The actual functional part consists of piloting Kamupankki with a youth who needs support. The participative observation can be seen as planning the activity, implementing it and making notes from it. As well, a significant part of the observation comprises of the notes from every appointment and co-operational meeting.

The output of this study is an example of working as a buddy and based on this, information, which suggests how Kamupankki assistant service can be improved. Additionally the study provides information from possibilities and costs of the leisure time in Pori. The result of this thesis is a finished piloting of Kamupankki assistant service and ideas for improving it. Considerable part of the Kamupankki assistant service is the desire to help and affect, in which essentially belongs the desire to work as a buddy. It is important to notice that the person in need for support and the buddy are equal with each other and priority in the activity is being together and not only the assistance. As assistance for starting the cooperation there are forms that are filled in together.

In the future Kamupankki assistant service is a part of the activity of Soteekki service centre. As a conclusion can be stated that Kamupankki assistant service promotes the children and the young who need support participating in free time activity and with its help it is possible to respond to the need for the support which has risen.

# SISÄLLYS

1 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT .....	6
2 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI .....	9
2.1 Toiminnallinen opinnäytetyö .....	9
2.2 Opinnäytetyön tavoitteet .....	10
2.3 Opinnäytetyön menetelmät.....	10
2.4 Opinnäytetyön yhteistyökumppanit .....	11
3 VAPAA-AJAN MERKITYS LAPSEN JA NUOREN ELÄMÄSSÄ .....	12
3.1 Terveiden näkökulma .....	13
3.1.1 Fyysinen näkökulma .....	14
3.1.2 Sosiaalinen näkökulma .....	15
3.1.3 Psykkinen näkökulma .....	15
4 TUKEA TARVITSEVA LAPSI JA NUORI.....	16
4.1 Määritelmä.....	16
4.1.1 Levottomuus .....	16
4.1.2 Masennus .....	17
4.1.3 Autismin kirjo .....	17
4.1.4 Touretten oireyhtymä.....	17
4.1.5 Ylivilkkäus.....	18
4.1.6 Dysfasia.....	18
4.1.7 Kehitysvammaisuus .....	18
4.2 Liiallinen diagnosointi.....	19
5 VARHAINEN PUUTTUMINEN JA TUKI.....	20
5.1 Syrjäytyminen ja yksinäisyys .....	20
5.1.1 Fyysinen yksinäisyys .....	22
5.1.2 Emotionaalinen yksinäisyys.....	22
5.1.3 Sosiaalinen yksinäisyys .....	23
5.2 Huolta ja puuttumisen tarvetta herättävät asiat .....	23
5.3 Tukihenkilötoiminta .....	24
5.3.1 Tukea tarvitsevan henkilön kohtaaminen ja avustaminen .....	25
5.3.2 Esimerkkejä kaveritoiminnoista.....	26
5.3.3 Henkilökohtainen apu .....	27
6 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA RAPORTOINTI.....	28
6.1 Kamupankki - avustajapalvelun tarkastelua esteettömyyden eri näkökulmista ...	28
6.2 Kamupankki - avustajapalvelun pilotoinnin tulokset.....	30

6.2.1 Yhteistyöpalaverit .....	30
6.2.2 Nuoren kanssa toimiminen .....	31
6.2.3 Esimerkkejä Kamupankki – avustajapalveluun soveltuvista aktiviteeteista Porissa .....	32
6.2.4 Kamupankki – avustajapalvelun tulevaisuus .....	33
7 POHDINTAA .....	34
7.1 Opinnäytetyön aiheen valinta .....	34
7.2 Opinnäytetyön tutkimusote .....	34
7.3 Opinnäytetyön tuloksista .....	36
7.4 Kamupankki - avustajapalvelun kehittämisideoita ja tulevaisuus .....	36
LÄHTEET .....	40
LIITTEET	

## 1 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

Ystävyys- ja kaverisuhteilla on merkittävänä osuus nuorten elämässä ja vapaa-ajassa. Yhdessä on mahdollisuus harrastaa, rohkaistua kokeilemaan erilaisia asioita, nähdä uusia paikkoja ja toisaalta viettää myös vain aikaa. (Määttä & Tolonen 2011, 29.) Koulu- ja työpäivien jälkeen useimmilla onkin suunnitelmia, mitä aikovat tehdä, mutta näin ei suinkaan kaikilla ole, vaikka halua lähteä myös kodin ulkopuolelle löytyisi. Vapaa-ajan merkityksestä lapsille ja nuorille puhutaan paljon. Kaikille harrastaminen ei valitettavasti ole yhtä yksinkertaista, sillä osa lapsista ja nuorista tarvitsee tukea, jotta harrastaminen onnistuisi. Jokaisella tulisi kuitenkin olla tasavertainen oikeus osallistua esteettömästi ja päästä sitä kautta toteuttamaan itseään.

Nuorten elämässä monet ulkoiset olosuhteet, kuten kouluvaikeudet, lapsuudenperheen erilaiset pulmat, epäsoveliaita malleja tuottava asuinympäristö sekä koulutukseen liittyvät hankaluudet kaventavat yksilön toimintamahdollisuuksia. Erityisen haasteellinen tilanne on silloin, kun lapsella tai nuorella ei ole sosiaalista verkostoa, joka tukisi häntä osallistumaan aktiivisesti myös kodin ulkopuolella. Vapaa-aika voi edistää nuorten myönteistä kehitystä ja toimia suojaavana ja tasa-arvoistavana tekijänä. Jos tasa-arvoisia mahdollisuuksia vapaa-aikaan osallistumiseen, harrastustoimintaan ja virkistäytymiseen pidetään tärkeinä, on keskeistä ymmärtää ja havaita niitä kohtia, jotka tällä hetkellä asettavat rajoituksia niiden toteutumiselle. Nuorten vapaa-ajan näkökulmasta olisi tärkeää kehittää sellaisia harrastus- ja nuorisotoiminnan mahdollisuuksia, joihin kaikki halukkaat nuoret ovat tervetulleita riippumatta siitä, millainen heidän sosiaalinen, taloudellinen tai kulttuurinen taustansa on. (Määttä & Tolonen 2011, 144.)

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on luoda tukihenkilötoimintaa ja avustajapankkia vastaava palvelu Kamupankki Satakunnan alueen tukea tarvitseville lapsille ja nuorille. Tarkoituksena on sitä kautta edistää nuorten mahdollisuuksia osallistua vapaa-ajan harrastustoimintaan. Tukea tarvitseva lapsi tai nuori voidaan nähdä haasteellisena kasvu- ja toimintaympäristössään, sillä haasteeksi saatetaan tulkita lapsen tuen tarve tai piirre,

vamma tai diagnoosi. Tukea tarvitseva henkilö voi itse puolestaan kokea hankalaksi mahdollisuutensa toimia ja osallistua tasavertaisesti. (From & Koppinen 2012, 9.)

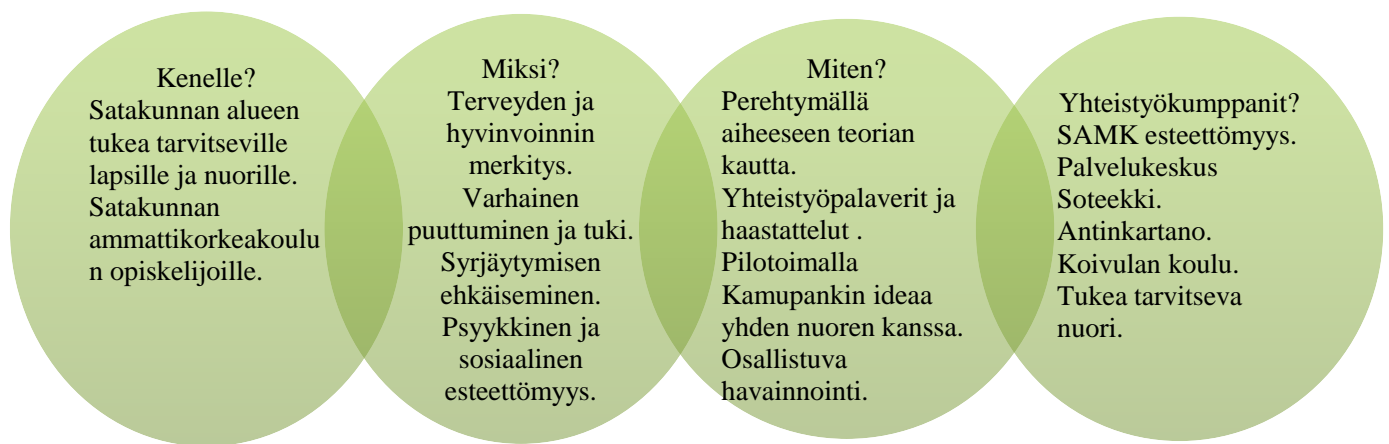
Kamupankki - avustajapalvelun kohderyhmänä ovat erityisesti ns. väliinputoja lapset ja nuoret, joilla ei välttämättä ole omaan avustajaan oikeuttavaa diagnoosia sekä lapset ja nuoret, jotka ovat tuen tarpeessa. Tämän opinnäytetyön teoriaosuudessa on valittuna vain muutamia esimerkkejä henkilöistä, joilla saattaa olla tuen tarve. Kyseisten valintojen on tarkoitus tuoda ilmi, että tuen tarpeessa olevien lasten ja nuorten kirjo on laaja, mutta tarve ei kuitenkaan edellytä mitään mainituista piirteistä tai diagnooseista.

Tarve Kamupankki – avustajapalvelusta nousi Porissa tukea tarvitsevien nuorten kanssa työskentelevältä opettajalta, koulukuraattorilta ja Satakunnan sairaanhoitopiiristä sosiaalityöntekijältä. Tarpeen nähtiin olevan erityisen suuri juuri nuorilla, jotka ovat hiljalleen itsenäistymässä. Monet näistä nuorista viettävät vapaa-aikaansa pääosin vanhempiensa kanssa, joten erityisesti he hyötyisivät tällaisesta palvelusta. Nuoret pääsisivät viettämään aikaa kamun kanssa ja vanhemmat saisivat samalla ”omaa aikaa”.

Satakunnan ammattikorkeakoulussa esteettömyyttä pyritään edistämään laaja-alaisesti ja sen kautta saadaan aikaan konkreettisia tuloksia. Esteettömyyden tutkimus- ja osaamiskeskittymässä työn lähtökohtina ovat laaja-alainen tasa-arvo, syrjimättömyys ja suvaitsevaisuus. Huomiota kiinnitetään erityisesti niin fyysisiin olosuhteisiin kuin sosiaaliseen ympäristöön, esteettömyystietoisuutta levittämällä ja erilaisten toimintaympäristöjen esteettömyyskartoituksella. (Karinharju 2013.) Satakunnan alueen saavutettavuutta ja esteettömyysosaamista edistetään yhteistyössä Prizztechin kanssa perustetulla Interaktiivisella oppimishankkeella. Siinä suunnitellaan ja toteutetaan Satakunnan alueen Internet – sivusto kaikille.fi, jossa esitellään ja kehitetään laajasti Satakunnan alueen esteettömyyttä. (Karinharju, K. SAMK Esteettömyys 2014.) Kamupankki palvelun tavoitteena on tulevaisuudessa olla osa kaikille.fi – sivustoja, jonka kautta palvelua tarvitsevat voivat hakea kamua. Tämän lisäksi palvelun tavoitteena on tulevaisuudessa olla osa Satakunnan ammattikorkeakoulun palvelukeskus Soteekin toimintaa, jossa työskentelee sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoita. (Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut 2013.) Soteekin kautta opiskelijoilla on mahdollisuus toimia lapsen tai nuoren kamuna sekä samalla ansaita opintopisteitä ja arvokasta työkokemusta. Kamupankki - avustajapalvelun toimintaidea on kuvattuna kuviossa 1. Opinnäytetyöhön kuului selvittää aluksi tavoitteet ja niiden pohjalta lähteä toteuttamaan tutkimusta. Opinnäytetyön teoriaosuus-

teen kuului olennaisena osana selvittää vapaa-ajan merkitystä lapselle ja nuorelle, tuki-henkilötoiminta, syrjäytyminen ja yksinäisyys sekä avata esteettömyyden käsitteitä. Tieto muista samankaltaisista palveluista löytyi internetistä ja niiden pohjalta oli helpompi hahmottaa kokonaisuutta tällaisessa palvelussa.

## KAMUPANKKI



Kuvio 1. Kamupankki – avustajapalvelun toimintaidea.



## 2 OPINNÄYTETYÖN PROSESSI

Kamupankki – avustajapalvelun kehittämisen taustaideana oli kentältä noussut tarve, joka osoitti, että organisoidulle kaveritoiminnalle olisi kysyntää. Tukea tarvitsevat lapset ja nuoret kaipaavat yhä useammin kaveria, jotta pääsevät viettämään vapaa-aikaa sekä harrastamaan esteettömämmin.

### 2.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisessa opinnäytetyössä ei läheskään aina ole välttämätöntä analysoida kerättyä aineistoa aivan yhtä tarkkaan ja järjestelmällisesti kuin tutkimuksellisissa opinnäytetyöissä on yleensä tapana. Tietoa voi hankkia esimerkiksi konsultaationa haastattelemalla asiantuntijoita ja saamalla sitä kautta lisää teoreettista syvyyttä opinnäytetyöhön. Konsultaatioiksi kutsutaan myös sellaisia haastatteluja, joissa kerätään tai tarkistetaan faktatietoa asiantuntijoilta. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 57- 58.)

Toiminnallisen opinnäytetyön lopullisena tuotoksena on joka kerta jokin konkreettinen tuote. Toteutustavan valinnassa on syytä miettiä sellainen muoto, joka palvelisi parhaiten kohderyhmää. Toiminnallisissa opinnäytetyöissä on aina yksi samanlainen ominaisuus, visuaalisin ja viestinnällisin keinoin pyritään luomaan kokonaisilme, josta tavoitellut päämäärät on selkeämpi tunnistaa. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 51.)

Opinnäytetyössä ensiarvoisen tärkeitä kriteerejä ovat tuotteen/palvelun uusi muoto, käytettävyys kohderyhmässä ja käyttöympäristössä, asiasisällön sopivuus kyseiselle kohderyhmälle, houkuttelevuus ja eheys, informatiivisuus sekä selkeys ja johdonmukaisuus. Tavoitteena toiminnallisessa opinnäytetyössä on, että palvelu erottuu edukseen muista samantapaisista palveluista, olemalla sekä yksilöllinen että persoonallinen. (Vilkkä & Airaksinen 2004, 53.) Tämän opinnäytetyön tuotoksena on esimerkki kamuna toimimisesta ja sen pohjalta tehty informaatio, kuinka Kamupankkia voi kehittää, minkälaisia tekemisen mahdollisuuksia Porissa on tarjolla ja samalla tietoa niiden kustannuksista. Opinnäytetyön tekstiosat tuotetaan lähdekritiikkiä noudattaen ja tiedot hankitaan luotettavista lähteistä, kuten kirjallisuudesta, internetistä, lehdistä ja alan asiantuntijoilta ja ammattihenkilöiltä.

## 2.2 Opinnäytetyön tavoitteet

Kamupankin tavoitteena on luoda palvelu, josta nuori, perhe tai organisaatio voi etsiä kamua päivittäisiin vapaa-ajan harrastuksiin ja aktiviteetteihin.

Opinnäytetyön tavoitteina on:

1. Luoda tukihenkilötoimintaa ja avustajapankkia vastaava palvelu: Kamupankki – avustajapalvelu sekä kartoittaa palvelun tarvetta.
2. Kamupankki - avustajapalvelun testaaminen, tulosten raportointi ja palvelun pilotointi toimimalla kamuna.
3. Kamupankki – avustajapalvelun liittäminen osaksi kaikille.fi – sivustoa sekä palvelukeskus Soteekin toimintaa.

## 2.3 Opinnäytetyön menetelmät

Tutkimusote opinnäytetyössä oli laadullinen, eli kvalitatiivinen. Tutkimus on tällöin kokonaisvaltaista tiedon hankintaa ja aineisto kootaan todellisissa tilanteissa, jolloin ihminen on tärkeä osa tiedon keruuta. Tutkimussuunnitelmalla on tapana hieman mukautua tutkimuksen edetessä ja se toteutetaan joustavasti tilanteen mukaan. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 155.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on pilotoida Kamupankki – avustajapalvelua, kerätä aiheeseen liittyvää tietoa ja teoriaa, haastatella aiheen asiantuntijoita ja ammattilaisia, järjestää yhteistyöpalaveri, sekä kartoittaa tarvetta kyseiselle toiminnalle. Opinnäytetyöprosessiin kuuluu yleisesti esteettömyyteen ja saavutettavuuteen perehtyminen tukea tarvitsevan yksilön ja Kamupankki - avustajapalvelun näkökulmasta. Varsinainen toiminnallinen osuus koostuu Kamupankin pilotoinnista tukea tarvitsevan nuoren kanssa ja pilotoinnin pohjalta raportoinnin tekemistä tulevaisuuden Kamupankki – avustajapalvelua ajatellen. Pilotoinnin tavoitteena on testata, jotain uutta menetelmää (Suomi Sanakirjan www-sivut 2013).

Tärkeänä tiedonkeruumuotona tässä opinnäytetyössä olivat asiantuntijahaastattelut, jotka toteutettiin kvalitatiivisella eli laadullisella tutkimusotteella. Tällöin kyse on avointen

kysymysten ja keskusteluteemojen esittämisestä valituille yksilöille tai ryhmille. Haastatteluiden tulkinta jakautui koko tutkimusprosessin ajalle. (Virstan www-sivut, 2013.) Tässä opinnäytetyössä haastattelut kohdistettiin Porin Koivulan erityiskoulun opettajaan, Antinkartanon sosiaalityöntekijään, vammaispalvelutoimiston sosiaalihoajaan, palvelukeskus Soteekin vastaavaan opettajaan sekä pilotoitavaan nuoreen ja hänen perheeseensä.

Haastattelujen ohella menetelmänä käytettiin osallistuvaa havainnointia sekä yhteistyöpalaverissa että nuoren kanssa toimimisessa. Osallistuva havainnointi perustuu pitkälti havainnoijan tekemiin omiin vapaisiin muistiinpanoihin, mutta numeerisia lomakkeita ei tässä menetelmässä käytetä. (OK-opintokeskuksen www-sivut 2013.) Osallistuvassa havainnoinnissa tutkittavien omat näkökulmat ja ”ääni” pääsevät paremmin esille ja kohdejoukko valitaan harkitusti tarkoitusta vastaavalla tavalla (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 155).

#### 2.4 Opinnäytetyön yhteistyökumppanit

Kamupankkia kehitetään yhteistyössä Satakunnan ammattikorkeakoulun Esteettömyys osaamiskeskittymän, Palvelukeskus Soteekin ja Satakunnan sairaanhoitopiirin kanssa. Yhteistyössä on mukana Koivulan koulu Porista, jonka kautta saadaan tärkeä yhteistyökumppani Kamupankki – avustajapalvelun kannalta, eli pilotoitava nuori ja hänen perhe. Soteekki on Satakunnan ammattikorkeakoulussa toimiva sosiaali- ja terveysalan palvelukeskus, jossa toimii fysioterapeutti-, sairaanhoitaja-, sosionomi- ja terveydenhoitajaopiskelijoita. Se tarjoaa hyvinvointipalveluja opiskelijatyönä opettajan ohjauksessa. Palvelu on suunnattu niin yrityksille, yhteisöille kuin yksityisille asiakkaillekin. Soteekki tuottaa tarvittaessa myös asiakkaan toiveiden mukaista palvelutoimintaa. (Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut 2013.) Opinnäytetyössä on mukana Satakunnan sairaanhoitopiiristä, Antinkartanosta, sosiaalityöntekijä Heikki Mustonen. Antinkartano järjestää palveluja kehitysvammaisille sekä muille oppimisessa ja ymmärtämisessä tukea tarvitseville henkilöille (Rinne koti-Säätiön www-sivut 2009).

### 3 VAPAA-AJAN MERKITYS LAPSEN JA NUOREN ELÄMÄSSÄ

”Lapsia ja kelloja ei pidä herkeämättä vetää - niiden tulee antaa myös käydä” (Väestöliiton www-sivut 2013). Sanonta on osuva, sillä jokainen tarvitsee muutaman tunnin viikossa täysin vapaata aikaa. Nuorten elämässä on paljon vaatimuksia, joita esimerkiksi koulu aiheuttaa. Samoin muuttuva keho ja mieli vievät ylimääräistä energiaa. Harrastukset tukevat nuoria ja auttavat löytämään itsestään uusia puolia, uusia taitoja, usein myös hyviä ystäviä ja niiden kautta nuori saattaa saada tarvittavia voimavaroja jaksakseen. Erilaiset harrastukset, kuten musiikki, liikunta, näytteleminen ja tanssiminen, auttavat siinä. Tärkeitä ovat myös esiintymisvarmuuden lisääntyminen, kuntoilu ja rentoutuminen, ajankäytön järjestäminen ja kirjaston sekä muiden tiedonlähteiden käytön oppiminen. (Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 205 - 206; Väestöliiton www-sivut 2013.)

Vapaa-aikaa arvostetaan kaikissa ikäryhmissä koko ajan yhä enemmän sekä siltä myös odotetaan vastaavasti paljon. Erityisesti vapaa-ajassa korostuvat ihmisten halu viettää aikaa läheistensä kanssa sekä harrastaa. Vapaa-aikaan liittyvä toiminta koetaan tärkeänä identiteetin muodostumisen kannalta, ja erityisesti nuorille tämä on tärkeää siirryttäessä kohti aikuisuutta. (Määttä & Tolonen 2011, 1.) Nuorille vapaa-aikaan liittyvät mielikuvat ovat usein myönteisiä ja se liitetäänkin usein vapauteen, omaan aikaan, itse päätettyyn tekemiseen ja seuraan sekä virkistymiseen. Itsenäistymisvaiheen tuntumassa nuoret luovat enemmän perheen ulkopuolisia sosiaalisia suhteita, saattavat kokeilla eri identiteettejä ja toimintamuotoja sekä hankkia samalla taitoja, joista on hyötyä myöhemmin itsenäisessä elämässä. Vapaa-aika on oleellinen osa nuoruutta, siihen liittyy omaehtoista ja ohjattua tekemistä, hengailua, hauskanpitoa sekä ystävyys-suhteita. Toimintamahdollisuuksia on lukuisia vaihtoehtoja. (Määttä & Tolonen 2011, 5-6, 129.)

Nuoren erilaisia mahdollisuuksia osallistua muokkaavat paljon itse yksilö, hänen taustansa, yhteiskunnan rakenteelliset tekijät ja oma lähiympäristö, kuten vanhemmat ja kaverit. Vanhempien mahdollisuudet kustantaa nuoren vapaa-aikaa ja esimerkiksi harrastustoimintaa erottelevat tämän päivän nuoria: vähävaraisissa perheissä lasten ja nuorten mahdollisuudet osallistua maksullisiin harrastuksiin ovat vähäisemmät kuin muilla lapsilla ja nuorilla. (Määttä & Tolonen 2011, 131, 136.)

Nuorten elämässä monet ulkoiset olosuhteet, kuten kouluvaikeudet, lapsuudenperheen erilaiset pulmat, epäsosiaalisia malleja tuottava asuinympäristö sekä koulutukseen liittyvät hankaluudet heikentävät toimintamahdollisuuksia. Aikuiset voivat yhdessä nuorten kanssa pyrkiä luomaan kaikille avoimia vapaa-ajan viettämisen mahdollisuuksia. Eriarvoisuuden vähentämiseksi, huomio tuleekin kiinnittää kaikille nuorille saavutettavissa olevaan tukeen. (Määttä & Tolonen 2011, 144.)

### 3.1 Terveysten näkökulma

”Maailman terveysjärjestön, WHO:n, määritelmän mukaan terveys on täydellisen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila. Terveys on koko ajan muuttuva tila, johon vaikuttavat sairaudet ja fyysinen ja sosiaalinen elinympäristö, mutta ennen kaikkea ihmisen omat kokemukset ja hänen arvonsa ja asenteensa.” (Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen [www-sivut](#) 2013.)

Omaa ja muiden hyvinvointia ja terveyttä voi jokainen omalla toiminnallaan edistää. Nuorella on elämässään monia erilaisia aikoja, jaksoja ja vaiheita. Elämänhallinta koulun, kavereiden ja kodin välissä ei välttämättä ole yksinkertaista. Hyvinvoinnin voidaan ajatella olevan tasapainon syntyä, jonka ”ulkopuolelle” ovat riskissä jäädä sekä elämishakuiset että vetäytyvät nuoret, joilla on paha olla. Syrjäytymisvaarassa on jopa noin 10 – 20 % nuorista. (Cacciatore 2013.)

Se miten ihminen itse määrittelee oman terveytensä, on kaikkein tärkein määritelmä. Kuinka itse kokee terveytensä, saattaa poiketa paljonkin sekä lääkärin arviosta että muiden ihmisten käsityksistä. Ihminen voi aivan hyvin tuntea olevansa täysin terve, vaikka hänellä olisi vaikeitakin vammoja, joihin saa hoitoa. Omakohtaiseen arvioon vaikuttavat vahvasti henkilön oma ajattelutapa ja se millaisessa ympäristössä hän elää. Terveys on hyvin suhteellinen käsite. Esimerkiksi vaikeasti liikuntavammaisen ihmisen koettu terveys voi olla hyvä, mikäli hän elää ympäristössä, joka edesauttaa hänen liikkumistaan ja jos hänellä on ympärillään läheisiä, jotka auttavat ja tukevat häntä tarvittaessa. Merkittävä koetun terveyden osa onkin juuri riippumattomuus, kyky ja mahdollisuus tehdä päätöksiä ja huolehtia itse itsestään. Ihminen kokee terveytensä sitä paremmaksi, mitä enemmän hän on kiinni oman elämänsä ohjaksissa. (Terveyskirjaston [www-sivut](#) 2013.)

Nuorisolain tarkoituksena on edistää nuorten aktiivista kansalaisuutta, tukea kasvua ja itsenäistymistä, rohkaista nuoria sosiaalisesti sekä kehittää nuorten kasvu- ja elinoloja. Lähtökohtia tavoitteiden toteutumiselle ovat esimerkiksi yhteisöllisyys, yhteisvastuu, yhdenvertaisuus, terveet elämäntavat sekä tasa-arvo. Laissa nuoreksi määritellään alle 29-vuotiaat. Kunnat, nuorisoyhdistykset ja muut nuorisotyötä tekevät järjestöt vastaavat nuorisotyön toteuttamisesta, mutta palveluja on myös mahdollista tuottaa alueellisesti kuntien yhteistyönä. (Finlexin [www-sivut 2013a.](#))

### 3.1.1 Fyysinen näkökulma

Jo 10 minuutin liikuntahetki tuo elämään sekä lisää terveyttä että hyvinvointia. Lähes joka toinen lapsi tai nuori ei liiku tarpeeksi oman terveytensä kannalta ja sillä on merkittävästi vaikutusta myöhempään elämään. Liikkumattomuus saa aikaan ylipainoa, lihavuutta sekä tuki- ja liikuntaelinsairauksien lisääntymistä. Kouluikäisille lapsille ja nuorille on terveysliikunnan näkökulmasta asetettu fyysisen aktiivisuuden suositus, joka on terveysliikunnan minimisuositus. Perussuosituksen mukaan kaikkien 7-18-vuotiaiden tulee liikkua vähintään 1-2 tuntia päivässä monipuolisesti ja ikään sopivalla tavalla. Päivittäinen liikunta on välttämättömyys, jotta lapsen terve kehitys voidaan turvata. Sen kautta voidaan tukea myös yleistä hyvinvointia laajasti, sillä liikkuminen edistää muun muassa lapsen vireyttä, oppimista ja itsetunnon kehittymistä. Lasten ja nuorten syrjäytymisen ehkäisyssä yhteisöllisellä ryhmäliikunnalla on merkittävä rooli. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen [www-sivut 2013b.](#))

Vapaa-ajalla harrastaminen voi edistää psyykkistä hyvinvointia, sillä riittävä uni, fyysinen kunto, luonto/taide-elämykset, itsetunnon vahvistaminen, ihmissuhteiden hoitaminen, rentoutuminen, päihdeaineiden liiallisen käytön välttäminen sekä tunteiden osoittaminen ja hyväksyminen ovat vahvistavia tekijöitä psyykkisen hyvinvoinnin kannalta. (Internetix opintojen [www-sivut 2013.](#)) Harrastuksien kirjo on erittäin laaja ja se voi olla myös luova tai kulttuurinen. Iloa ja elämyksiä haetaan mielellään esimerkiksi taiteesta ja kulttuurista. Nuorten suosituimpia luovan toiminnan muotoja ovat mm. käsityöt, soittaminen, valokuvaus, piirtäminen tai muu kuvataide, mutta yleisin luova harrastus on jonkin instrumentin soittaminen. (Myllyniemi, S. 2009.)

### 3.1.2 Sosiaalinen näkökulma

Se miten lapset ja nuoret viettävät vapaa-aikaansa, ei ole merkityksetöntä. Tiedetyt valinnat saattavat ehkäistä syrjäytymistä, sillä he jotka harrastavat paljon, kehittävät sosiaalisia ja kulttuurisia taitojaan. Näiden kautta lapsi ja nuori kehittää omaa identiteettiä, arvomaailmaa ja maailmankuvaa. Lapsen ja nuoren sosiaaliset suhteet laajenevat aikanaan perhesuhteista ystävyys-suhteisiin ja lopuksi työsuhteisiin. Tämän kautta syntyy erittäin tärkeää luottamusta, joka on yksilön ja yhteisön välinen sidos. Tämä sosiaalinen pääoma kasvaa myös vuorovaikutuksellisessa vapaa-ajan vietossa. Ihmisten keskinäinen luottamus ja vuorovaikutus ovat vähenemässä ja se näkyy perheissä, ystävyys-suhteissa ja vapaa-ajan käytössä, jota vietetään yhä useammin yksin.

(Perheseteli.fi:n www-sivut 2013.)

Nuorten omissa mielipiteissä harrastuksista merkittäviä tekevät sosiaaliset keskustelu- ja vuorovaikutustaidot, itsenäistyminen ja oman elämän hallinnan kehittyminen, ryhmässä toimiminen ja toisten ohjaamisen harjoittelu. Monet korostavat oppineensa enemmän toimimaan erilasten ihmisten kanssa. Jotkut ovat oppineet myös vastuullisuutta, suvaitsevaisuutta erilaisia kulttuureja ja erilaisuutta kohtaan sekä häviämään ja voittamaan. Näin ollen harrastuksista on tullut yhä huomattavampi kasvattaja. Perusedellytys toiminnan viriämiseksi on lapsen kokemus olemassaolosta ja kuulumisesta tasavertaisena jäsenenä ryhmään. Ihmisellä on tarve päästä yhteyteen ihmisten ja asioiden kanssa. Tunteiden ja kokemusten kautta ihminen löytää suhteen ympäröivään todellisuuteen, ja aistit auttavat näkemään mahdollisuuksia. Hyvät liittymiskokemukset motivoivat ja kehittävät liittymistä sekä syventävät ihmissuhteita.

(Aaltonen, Ojanen, Vihunen & Vilén 2003, 205; From & Koppinen 2012, 19.)

### 3.1.3 Psyykkinen näkökulma

Vapaa-ajalla harrastaminen voi edistää psyykkistä hyvinvointia, sillä riittävä uni, fyysinen kunto, luonto/taide-elämykset, itsetunnon vahvistaminen, ihmissuhteiden hoitaminen, rentoutuminen, päihdeaineiden liiallisen käytön välttäminen sekä tunteiden osoittaminen ja hyväksyminen ovat vahvistavia tekijöitä psyykkisen hyvinvoinnin kannalta.

(Internetix opinnot www-sivut 2013.)

## 4 TUKEA TARVITSEVA LAPSI JA NUORI

Tukea tarvitseva lapsi tai nuori voidaan nähdä haasteellisena kasvu- ja toimintaympäristössään. Tukea tarvitseva henkilö voi itse kokea haasteelliseksi mahdollisuutensa toimia ja osallistua tasavertaisesti muiden lasten joukossa. Toiminnan ja osallistumisen haasteet voivat olla hyvinkin monimuotoisia ja ne saattavat vaihdella sen mukaan, nähdäänkö haasteen olevan lapsessa, ympäristössä vai vuorovaikutuksessa. Lapseen liittyväksi haasteeksi saatetaan tulkita helposti lapsen tuen tarve, vamma tai diagnoosi. Myös muut kuin yksilöön liittyvät tekijät vaikuttavat sekä toiminnan että osallistumisen mahdollisuuksiin. Erilaiset tekijät voivat joko rajoittaa tai edistää tukea tarvitsevan lapsen toimintaa ja osallistumista toimintaympäristöissään. (From & Koppinen 2012, 9.)

### 4.1 Määritelmä

Koulutussuunnittelija H. Hannukaisen mukaan (henkilökohtainen tiedonanto 10.10.2013), määritelmä tuen tarpeessa olevasta lapsesta ja nuoresta ei ole kovin yksinkertainen. Hannukaisen mukaan lapsi tarvitsee silloin tukea, kun perheen oma huoli asiaan herään, eli niin sanotusti on ”tuen tarve arjessa”. Esimerkiksi lapsella saattaa olla piirteitä autismista, mutta piirteet eivät kuitenkaan vielä täytä diagnoosin kriteeriä, mutta lapsi voisi selkeästi hyötyä tuesta. Hannukainen korostaa, että oikeassa kohdassa jo pienikin tuki on merkittävä, tuen tulisi siis olla oikean aikaista.

#### 4.1.1 Levottomuus

Yleisin piirre tänä päivänä, joka herättää huolta ja mahdollista puuttumisen tarvetta, on levottomuus. Syyt levottomuudelle eivät ole yksiselitteisiä, joten niiden tulkinta edellyttää monien asioiden huomioimista. Jokainen on joskus levoton, hermostunut tai huolestunut, joten miksi ei myös lapsi? Lapsen kehitykseen kuuluu monia vaiheita, kuten uhmaa ja rajojen testailua. Jo pienillä muutoksilla voidaan korjata tilanteita, joita lapsi nostaa esiin ollessaan levoton. Monesti levottomuus on merkki aikuiselle siitä, että jokin asia ei ole kohdallaan. (Huhtanen 2004, 50.)



#### 4.1.2 Masennus

Masennus on monissa elämäntilanteissa aivan normaali tunnetila. Elämään kuuluvia asioita ovat menetykset, kuolema tai ero, mutta niistä yleensä selviää ajan myötä. Pitkittyessään tunteet voivat kuitenkin muuttua hoitoa vaativaksi masennukseksi. Suomalaislapsilla masennusta havaitaan yhtä paljon kuin lapsilla muissakin länsimaissa. Masennus voi olla seurausta ulkoisista eli fyysisistä tai psyykkisistä ongelmista. Siihen saattaa kuulua suorituskyvyn laskua, käyttäytymishäiriöitä, levottomuutta, ärtynyttä mielialaa tai koulupelkoa. Kouluikäisillä masennuksen oireita voivat olla syrjäytyminen ja kouluun liittyvät pulmat. Myös erilaiset ruumiilliset oireet, joihin ei kuitenkaan liity elimellistä syytä ovat hyvin tyypillisiä depression oireita. (Huhtanen 2004, 51.)

#### 4.1.3 Autismin kirjo

Autismi on neurobiologinen kehityshäiriö, jonka vaikutukset ovat yksilöllisiä ja elinikäisiä. Aspergerin oireyhtymä luetaan kuuluvaksi autismitakirjoon. Tyypillistä aspergerhenkilöillä on poikkeavuudet sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja puheessa. Heillä voi myös olla esimerkiksi pakonomaista käyttäytymistä, toimintojen rutinoitumista tai erikoisia kiinnostuksen kohteita. Sekä oppimis- että motoriset vaikeudet ovat yleisiä. Älykkyydeltään he ovat usein keskitasoisia, jotkut voivat olla lahjakkaita ja osa lievästi kehitysvammaisia. Asperger-oireyhtymää ei voida vielä varhaislapsuudessa diagnosoida, sillä ensimmäisinä ikävuosina oireet ovat vähäisiä tai epätyypillisiä. Oireet ovat yleensä ensimmäisinä kouluvuosina selkeämpiä, jolloin lapsi saatetaan diagnosoida. (Huhtanen 2004, 57.)

#### 4.1.4 Touretten oireyhtymä

Touretten oireyhtymä on neurobiologinen ja muistuttaa jollain tavalla Asperger-oireyhtymää. Oireyhtymä diagnosoidaan useasti vasta kymmenen ikävuoden jälkeen. Tourette on nykimishäiriön muoto, johon liittyy tai on liittynyt erilaisia motorisia sekä äänellisiä nykinöitä, vaikkei välttämättä samanaikaisesti. Häiriö yleensä pahenee nuoruudessa ja jatkuu aikuisiällä. Äänioireet ovat usein äkkinäisiä toistuvia ääntelyitä ja niihin saattaa kuulua säädyttömiä sanoja ja lauseita. Oireisiin voi toisinaan liittyä toisten

ihmisten tahatonta matkimista, joka myös voi olla rivoa. Eniten haittaavia tekijöitä ovat impulsiivinen käyttäytyminen, pakonomaisuus sekä sosiaalisessa käyttäytymisessä ilmenevät pulmat. Eri ikäkausina oireet voivat vaihtaa muotoa ja kestoa. Ne saattavat esiintyä useasti päivässä tai kadota vallan. (Huhtanen 2004, 57.)

#### 4.1.5 Ylivilkkaus

Ylivilkkauteen liittyy uteliaisuus, levottomuus ja jatkuva liikkeellä olo. Ylivilkkaudesta voidaan kansainvälisesti puhua tarkkaavaisuushäiriönä tai hyperkineettisenä häiriönä. Aikaisemmin nämä lapset todettiin MBD-lapsiksi, mutta nykyään käytetään ADD ja ADHD termejä. Molemmat viittaavat sekä tarkkaavaisuudessa että motoriikassa oleviin häiriöihin. (Huhtanen 2004, 58.)

#### 4.1.6 Dysfasia

Lapset kehittyvät kielellisesti vaihtelevasti, joten on hankala arvioida, milloin on kyse selkeästä kielihäiriöstä ja milloin puheen kehityksen viivästymisestä. Kielihäiriöllä tarkoitetaan kyvyttömyyttä sujuvaan kielelliseen kommunikaatioon sekä kielen käyttöön oppimisvälineenä. Viivästynyt kielikehitys tarkoittaa kommunikaatiotaitojen normaalia hitaampaa kehitystä ja vaikeuksia oppimisessa, joka tapahtuu kielen välityksellä. Tässä tapauksessa lapsen kielellinen suoriutuminen muistuttaa lähinnä nuorempien lasten kielellistä tasoa. On mahdollista, että kielellinen viivästyminen esiintyy itsenäisenä, mutta voi myös liittyä selkeisiin kehityspoikkeamiin, kuten epilepsiaan, kuulovammaan, kehitysvammaisuuteen tai psyykkisiin häiriöihin. Dysfaattisen lapsen tueksi kommunikointiin, voidaan käyttää puhetta tukevia ja korvaavia kommunikaatiomenetelmiä. Menetelmiä voivat olla viittomakielen viittomat tai käsillä tehtävät merkit, bliss-symbolit, piktogrammit, eli Pic-kuvat, tietokone-ohjelmaiset PCS-kuvat ja Sig-symbolit. (Huhtanen 2004, 61- 62.)

#### 4.1.7 Kehitysvammaisuus

Kehitysvammaisuudella tarkoitetaan vaikeutta oppia ja ymmärtää uusia asioita. Jokaisella on erilaisia vahvuuksia ja kykyjä ja kehitysvammaisuus rajoittaaakin vain osaa ih-

misen toiminnoista ja sen aste voi vaihdella lievästä oppimisvaikeudesta vaikeaan tai syvään älylliseen kehitysvammaan. Kehitysvammaisuuteen on lukuisia syitä, vaikka aina mitään tiettyä syytä ei voida edes nimetä. Lapsuusiässä tapahtuneet onnettomuudet tai sairaudet tai synnytyksen aikainen hapenpuute voivat johtaa kehitysvammaisuuteen. Kehitysvammaisuutta ei tule sekoittaa muihin vammaisuuden muotoihin, kuten liikuntavammoihin tai cp-vammaan. Kehitysvammaiset ihmiset tarvitsevat tukea, ohjausta sekä palveluita, jotta voivat elää tasa-arvoisina jäseninä yhteiskunnassa. Tuki voi liittyä kommunikaatioon, omatoimisuuteen, kodinhoitoon, sosiaalisiin taitoihin, ympäristössä liikkumiseen, terveyteen ja turvallisuuteen, kirjallisiin taitoihin, vapaa-aikaan ja työhön. Mitä paremmin yhteiskunta on suunniteltu meille kaikille, sitä vähemmän vaurio tai vamma haittaa jokapäiväisessä elämässä selviytymistä. Tarpeenmukainen tuki auttaa kehitysvammaista ihmistä elämään hänelle luontaista itsenäistä elämää. (Kehitysvammaisten tukiliitto ry:n www-sivut 2013a.)

Kehitysvammaisella saattaa olla samaan aikaan sekä merkittäviä kykyjä että merkittäviä puutteita. Lievä kehitysvammaisuus voi ilmetä esimerkiksi oppimisvaikeuksina. Usein lievästi kehitysvammaiset lapset ymmärtävät hyvin oman erilaisuutensa ja he joutuvatkin kokemaan olevansa usein joukon heikoimpia, mikä vaikuttaa suoraan itsetuntoon. Tämän vuoksi onkin tärkeää, että heidän itsetuntoaan kehitetään tarjoamalla onnistumisen kokemuksia. Kun riittävä tuki ja ohjaus ovat kohdallaan, lapsi oppii omatoimiseksi, mikä edesauttaa häntä selviytymään aikuisena mahdollisimman itsenäisesti. Lievästi kehitysvammaiset kykenevät luomaan sosiaalisia suhteita. (Malm, Matero & Repo 2004, 176.)

## 4.2 Liiallinen diagnosointi

On tärkeää huomata, että kaikkea erilaisuuteen liittyvää kirjoa, ei voida muuttaa diagnosoiksi. Huolimatta mahdollisista pulmista ja erityisvaikeuksista, lapsi on aina ennen kaikkea lapsi, jolla on aina enemmän yhtäläisyyksiä kuin eroja muiden lasten kanssa. Lapsi tarvitsee kohtelun sijasta kohtaamista. Poikkeavuuden arviointi saattaa perustua jo alun perin lääketieteelliseen diagnosointiin. ADHD ja Aspergerin oireyhtymiä voidaan pitää esimerkkeinä diagnooseista, joiden voidaan ajatella olevan kasvavan medikalisaation seurausta. Merkittävää on nähdä lapsi ongelmien takana saati tarkka oireinen diag-

noosi. (Huhtanen2004, 50; Määttä & Rantala2010, 36.) Liiallinen luokittelu ja tyypittely voivat johtaa siihen, että lapsi tai nuori tulee leimatuksi. Diagnosoimalla nostetaan esiin jokin piirre lapsessa ja siihen liittyvät luokitusten käytöt voivat johtaa lapsen erilaisuuden korostamiseen. Tällöin lapsella on suurempi uhka joutua syrjityksi tai leimatuksi. Lapsen identiteetti voi myös muuttua, kun ympäristö alkaa käyttäytyä lasta kohtaan niin, kuin hän olisi ensisijaisesti jonkin poikkeavan ryhmän edustaja. (Määttä & Rantala 2010, 39.)

## 5 VARHAINEN PUUTTUMINEN JA TUKI

Varhaisella puuttumisella tarkoitetaan laaja-alaisesti kaikkea sitä moniammatillista toimintaa, jonka tarkoituksena on edistää lapsen turvallista kasvua. Se ennalta ehkäisee syrjäytymistä, kun huolta aiheuttavia merkkejä havaitaan lapsen elämässä varhain ja niihin reagoidaan välittömästi. Varhaisessa puuttumisessa mietitään yhdessä perheen kanssa niitä keinoja, joilla pyritään turvaamaan lapsen eheä ja kaikin puolin turvallinen kasvu ja kehitys. (Sakasti.evl.fi:n www-sivut 2013.)

### 5.1 Syrjäytyminen ja yksinäisyys

Syrjäytymisen voidaan ajatella olevan prosessi, eli vaiheittainen tapahtumasarja, joka saattaa kestää vuosia tai tapahtua hyvinkin äkkiä. Eristäytyminen ja kyvyttömyyden tunne saattavat olla syrjäytymiseen liittyviä tekijöitä. Mitä kauemmin ihmisen ongelmat kestävät ja mitä enemmän niitä kasaantuu, sitä hankalampi on päästä niistä eroon ja näin ollen ne heikentävät elämäntilannetta. Sosiaali- ja terveysalalla tulokset ovat usein sitä parempia, mitä varhaisemmassa vaiheessa asiakkaan tuen tarve huomataan ja häntä päästään auttamaan ja tukemaan. (Ihalainen & Kettunen 2009, 19.) Koska vanhempien tuki ja valvonta on lasten kehityksen tärkein suojatekijä, on tärkeää korostaa heidän vastuuta. Keskeistä on itsetunnon tukeminen, positiivisten kokemusten ja onnistumisten tarjoaminen sekä kasvattaminen vastuuseen. Harrastukset ja nuorisokulttuuri ovat tärkeitä lähteitä esimerkiksi itsearvostukselle, kun taas tuhoisinta on toimeettomuus.

Nuorisokulttuuri voi toimiessaan tarjota nuorille hyvän väylän purkaa kehityksen viritämiä paineita, mahdollisuuden kokea itsehallintaa sekä saada elämyksiä ja tuntea kuuluvansa ryhmään. Syrjäytymisprosessin katkaisussa on ehdottoman tärkeää tunnistaa riskinuoret. Keskeistä olisi tarjota nuorille mahdollisuuksia yrittää ja antaa oppimisen mahdollisuuksia esimerkiksi sosiaalisissa taidoissa. (Saarinen 1997, 20.)

Syrjäytymiskeskustelussa on syytä huomioida omaehtoisen olemisen ja vapaa-ajan merkitys, joka on nuorten elämässä erityisen suuri. Nuorten vapaa-aikaa määrittävät osittain vanhempien tulot ja etniseen taustaan liittyvät seikat kuin alueelliset erotkin. Nuorten omat käsitykset syrjäytymisestä ovat paljastavia: ystävien puute on kyselytutkimuksissa jo pitkään ollut selvästi tärkeimmäksi koettu syy syrjäytymiselle. (Myllyniemi, S., Pekkarinen, E. & Vehkalahti, S. 2013.)

Jokainen ihminen kokee toisinaan yksinäisyyttä, eikä sillä välttämättä ole mitään tekemistä sen kanssa onko henkilöllä paljon ystäviä vai ei. Toimiminen ja tekeminen ovat tärkeimpiä tekijöitä, jotka voivat lievittää yksinäisyyttä. Kasvattajien ei tarvitse silti saman tien huolestua nuoren tai lapsen yksinäisyyden tunteista, sillä tärkeintä on, ettei yksinäisyydestä muodostu pitkäaikaista tunnetta. (Mielenterveyden keskusliiton www-sivut 2013; Määttä 2007, 37.)

Yksinäisyys voi olla valittua tai olosuhteista johtuva pakko. Pakollinen yksinäisyys hajottaa ihmistä eikä salli hänelle tilaa toteuttaa sosiaalisia tarpeitaan. Jotta voimme kehittyä ja kasvaa eheiksi, tarvitsemme sekä henkistä että fyysistä läheisyyttä. Tarvitsemme kuitenkin yksinäisyyttä ja yksinoloa tullaksemme itsenäisiksi, riippumattomiksi ja henkisesti vahvoiksi. Nuoren normaaliin kasvun kehitykseen kuuluvat myös yksinäisyyden tunteet. Tutkimuksissa on havaittu, että noin 10 - 15 prosenttia kouluikäisistä lapsista ja nuorista kokee itsensä yksinäisiksi. Turvallisten aikuissuhteiden kaipuu on yksi suomalaislasten ja – nuorten yksinäisyyden piirteistä. Mannerheimin Lastensuojeluliiton ylläpitämän Lasten ja nuorten puhelimen kymmenettuhannet vuosittaiset soitot kertovat siitä. Puheluista suurin osa käsittelee tavanomaisia kasvuun, kehitykseen ja ihmissuhteisiin liittyviä asioita. Soitot osoittavat, että nuorilla on puutetta luotettavista aikuiskontakteista. Syntyy vaikutelma, että yhä harvemmalla vanhemmalla on aikaa, taitoa tai kiinnostusta keskustella nuorten kanssa heidän mieltään painavista asioista. (Määttä 2007, 24.)

Silloin kun yksinäisyys ei ole nuoren itsensä valitsema olotila, saa se vaipumaan hänet epätoivoon ja masentumaan tai vähättelemään itseään sekä pitämään ympäröivää maailmaa turhana. Toisinaan nuori saattaa kompensoida yksinäisyyttään ja turhautumistaan esimerkiksi kontrolloimalla itseään liiallisella laihduttamisella, liikunnalla ja työnteolla niin, että ainakin ote omaan krooppaan on hallittavissa. Lapsen itsearvostuksen tukeminen on tärkeässä osassa ja selvää onkin, että kehittyäkseen psyykkisesti kestäväksi, nuori tarvitsee positiivista palautetta vertaisiltaan ja vanhemmiltaan. (Määttä 2007, 34.)

### 5.1.1 Fyysinen yksinäisyys

Yksinäisyys voi olla fyysistä yksinäisyyttä, jolloin nuori kokee voimakasta läheisyyden ja liittymisen tarvetta, etenkin murrosiän kohdalla nuori kokee yhä voimakkaammin läheisydentarvetta muihin ikäisiinsä. Kaipuu fyysisestä läheisyydestä näkyy pojilla murrosiässä usein nujakointina ja tytöillä näkyy tavassaan nojailla toisiinsa. On myös tavalista, että etenkin tytöt koskettavat, hellivät ja halailevat toisiaan. (Määttä 2007, 27.)

### 5.1.2 Emotionaalinen yksinäisyys

Emotionaalisesta yksinäisyydestä on kyse silloin, kun nuorelta puuttuu läheinen ihmissuhde tai hän pitää olemassa olevaa ihmissuhdetta epätydyttävänä. Nuorelle on erittäin tärkeää saada tuntee olevansa hyväksytty ja rakastettu. Aivan yhtä tärkeää on saada kokea olevansa kyvykäs tuottamaan iloa ja onnea muille. Kun on mahdollisuus vastavuoroiseen sitoutuneisuuteen tunnetasolla ja yhdessä kokemisen iloon, vaikuttaa se paljon nuoren hyvinvointiin. (Määttä 2007, 27- 28.) Joidenkin teorioiden mukaan syyt emotionaaliselle yksinäisyydelle ovat peräisin jo lapsuuden kiintymyssuhteista. Jos lapsena ei ole saanut kokea tarpeeksi läheisyyttä tai on vastaavasti tullut usein torjutuksi, voi tuntua vaikealta luoda läheistä ystävyyttä aikuisemmalla iälläkin. Yksin olemisen turvallinen kokemus on aivan välttämätöntä lapsuudessa, jotta voi myöhemmässä elämässään kokea yksinäisyyden jopa positiivisena voimavarana. (Nyyti ry:n www-sivut 2012.)

### 5.1.3 Sosiaalinen yksinäisyys

Sosiaalisessa yksinäisyydessä nuoren sosiaalinen verkosto saattaa olla hyvin hajanainen tai pahimmassa tapauksessa sitä ei ole ollenkaan. Nuorella on tarve olla yhteiskunnan jäsen, tarve kuulua johonkin yhteisöön ja kokea itsensä tarpeelliseksi. Kun syrjäytymisen tiedetään uhkaavan yhä useampaa nuorta, eheää sosiaalista verkostoa ei turhaan korosteta. (Määttä 2007, 28.)

Omasta yksinäisyydestään saa paremmin ajatukset pois, kun lähtee rohkeasti liikkeelle ja osallistuu erilaisiin tapahtumiin. Kun toimintaan osallistuu, asiat saattaa nähdä myönteisemmässä valossa ja sitä kautta ajatukset saa pois yksinäisyydestä. On olemassa monenlaisia mielenkiintoisia tapahtumia ja harrastuksia, joihin voi osallistua. Vaikka ystäviä ei heti uuden harrastuksen parista löytyisikään, niin mieluinen harrastus tuottaa jo itsessään paljon mielihyvää. (Nyyti ry:n [www-sivut](http://www.nyyti.fi) 2012.)

### 5.2 Huolta ja puuttumisen tarvetta herättävät asiat

Lasta ja nuorta lähellä olevien henkilöiden huoli perustuu usein puuttumiseen. Kun tuen tarve havaitaan ajoissa ja tuki turvataan lapselle, se ehkäisee tehokkaammin ongelmien syvenemistä ja pitkittymistä sekä tällöin käytössä on enemmän vaihtoehtoja ongelmien ratkaisemiseen. Lapsen tukeminen ajoissa on kannattavaa, sillä monet lisäpulmat jäävät kehittymättä kun huoleen tartutaan varhain. Varhaiseen tukeen perustuva työtapana on vastaus nykypäivän moninaistuviin tuen tarpeisiin. Yleisellä tasolla on monia asioita, jotka vaikuttavat lasten käyttäytymiseen ja kehitykseen, ja jotka voivat aiheuttaa huolta ja puuttumisen tarvetta. Esille voidaan nostaa selkeitä oireyhtymiä, mutta myös pulmia, jotka vaikuttavat lapsen hyvinvointiin. (Huhtanen 2004, 50; Terveystieteiden tutkimuskeskuksen [www-sivut](http://www.tutkimuskeskus.fi) 2013c.)

”Savu nousee, vaikka liekkejä ei vielä näy” (Huhtanen 2004, 46). Tehokkaita varhaisia vaikuttamisen keinoja ovat ne, jotka jo varhain lapsen elämässä tai hänen kehityksensä ongelmakohdissa sekä ehkäisevät että hidastavat pulmia. Tulee kuitenkin huomioda, että kaikki lasten ongelmat eivät ilmene vielä varhaislapsuudessa. Varhaisella puuttumisella pyritään ennalta ehkäisemään ongelmien syntyä ja toisaalta toiminta on korjaavaa,

eli sillä on kaksi ulottuvuutta. (Huhtanen 2004, 45.) Lapsiin liittyessä tuen tarpeen herättämä signaali on usein lapsen kehitykseen, käyttäytymiseen ja olemukseen liittyvä asia. Signaali, jonka lapsi herättää, voi olla välillinen viesti lähiympäristön muuttuneista olosuhteista tai jostain kriisistä. Signaali saattaa heiketä, kadota tai vaihtoehtoisesti vahvistua, joten sitä tulee tarkkailla ja tarvittaessa puuttua. (Huhtanen 2004, 46.) Monien eri sektoreiden toimijat pitävät nuoren perhettä tärkeimpänä yhteistyökumppanina, mikäli siihen vain on mahdollisuus. Kun edes toinen vanhemmista näkee nuoren tilanteen realistisesti ja perhe on mukana työskentelyssä, on jo se yksi tukeva lähtökohta lähteä auttamaan tuen tarpeessa olevaa nuorta. (Linnakangas & Suikkanen 2004, 69.)

### 5.3 Tukihenkilötoiminta

Tutkimukset, jotka ovat kohdistuneet perheiden tukimuotoihin, tuovat toistuvasti esiin sen, miten perheet tarvitsevat perheen ehdoilla järjestettyä tilapäislomitusta jaksakseen. Tuki on aina hieman erilaista riippuen perheenjäsenen iästä ja elämäntilanteesta. Tukihenkilön merkitys voi kohdistua joko perheeseen tai vaihtoehtoisesti tukea tarvitsevaan perheenjäseneseen. Alle kouluikäisten lasten perheissä tuki liittyy enemmän siihen, että perheen vanhemmille järjestyy tilaisuuksia välillä irtaantua hoitotyöstä. Kun taas kouluikäisille ja aikuisille tukea tarvitseville henkilöille järjestetty harrastus- ja virkistystoiminta antaa samalla mahdollisuuksia myös vanhempien virkistäytymiseen, lepoon tai omien asioiden hoitoon. Tukihenkilötoiminnalla voidaan helpottaa merkittävästi perheiden rasitusta ja väsymystä. Yhteisiä toimia voivat olla esimerkiksi harrastusten tukeminen, vapaa-ajan monipuolistaminen sekä sosiaalisen verkoston luominen. Tällöin perhe saa myös kaipaamaansa tukea. (Nyman 1996, 19-20.)

Tukihenkilön tehtävä on tukea yksilöä ja perhettä hyvän vuorovaikutuksen keinoin, rohkaisemalla, aktivoimalla, neuvomalla ja auttamalla. Kun sopiva tukihenkilö löytyy, tukea tarvitseva henkilö saa kanssakulkijan ja vähitellen on mahdollista muodostaa myös ystävyysuhde. Yhdessäolon ja tekemisen seurauksena useasti tukea tarvitsevan henkilön adaptiiviset taidot kasvavat, kuten sosiaaliset taidot, kommunikaatio, motoriset taidot, itsehallinta, turvallisuuden tunne sekä yhteisössä toimiminen kehittyy ja paranee. Myöhemmin sillä on positiivisia vaikutuksia sosiaalisten suhteiden luomisessa. (Nyman 1996, 2.)



Tehokkaat tukitoimet parantavat kaikkien tukea tarvitsevien henkilöiden toimintakykyä ja antavat heille mahdollisuuden elää itsenäisempää ja antoisampaa elämää ja integroitua paremmin yhteisöön. Näiden tukitoimien yhtenä osana tukihenkilötoiminnalla on merkittävä mahdollisuus vähentää mahdollisesta toimintavajavuudesta aiheutuvaa haittaa sekä auttaa elämänlaadun toteutumisessa. Erityinen tehtävä tukihenkilötoiminnassa on saattaa tukea tarvitseva henkilö oman yhteisönsä erilaisiin toimintoihin ja luoda edellytyksiä sille, että henkilön elämässä toteutuvat kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin liittyvät tarpeet. (Nyman 1996, 16, 18.)

Moni syrjäytymisvaarassa oleva nuori tarvitsee usein ”ulkopuolisen” aikuisen kontaktin, joka tukee samalla vanhempien työtä. Kun nuorella on tunne, että on menettänyt luottamuksen ihmisiin, saattaa nuori olla hyvin epäluuloinen ja tarvita kehityksensä tueksi aikuisten mahdollisimman johdonmukaista ohjausta. Tukihenkilö on nuorelle turvallinen aikuinen, joka omalla toiminnallaan näyttää nuorelle, että välittää aidosti hänestä ja hänen asiastaan. Etenkin syrjäytymisvaarassa olevat nuoret tarvitsevat rinnalleen luotettavan ja pitkäkestoisen aikuiskontaktin. (Linnakangas & Suikkanen 2004, 68.)

### 5.3.1 Tukea tarvitsevan henkilön kohtaaminen ja avustaminen

On mahdollista, että kaikki ihmiset eivät ole kohdanneet elämässään tukea tarvitsevaa henkilöä. Saattaa olla, että siihen liittyy joitakin ennakoasenteita, ehkä jännitystä ja sitä kuinka yhteistyö lähtee sujumaan. Tärkeintä tukea tarvitsevan ihmisen kohtaamisessa on tutustua ihmiseen ja muistaa, että ihminen on myös aivan kaikkea muuta kuin kenties hänen tuen tarpeensa määrittelevä piirre, joka on vain yksi hänen ominaisuuksistaan, ei mikään määrittelevä tekijä. Yleensä se jo nostaa henkilön muita ominaisuuksia enemmän esille ja samalla sekä erilaisuuden että tuntemattoman pelko poistuu. Kohtaamisessa on huomioitava, että käyttää aivan samanlaista kieltä, kuin kenen tahansa kanssa. Usein kielenkäyttö nimenomaan paljastaa asenteita ja ilmaisee sen, kuinka kohtelee toisia ihmisiä. Esimerkiksi passiivi- ja monikkomuodon käyttäminen viestii, ettei kommunikointi ole aitoa saati tasavertaista. Ihminen saattaa tarkoittaa sillä hyvää ja tekee sen huomaamattaan, mutta se kuitenkin luo tietyn valta-asetelman ja estää näin tasavertaisen kohtaamisen. (Ihalainen & Kettunen 2009, 155.)

Tukea tarvitsevan henkilön parissa työskenneltäessä on käsitteiden käytössä tiettyjä sääntöjä. Hoitamisen sijasta käytetään joko termiä avustaminen tai ohjaaminen. Avustajan tärkeimpiä tehtäviä on ohjata henkilöä tekemään paljon omia valintoja, ajattelemaan itse, arjen toiminnoissa ohjaaminen sekä avustaminen eettisesti ja ammattitaidolla. Pääasia on, että lähdetään aina liikkeelle henkilön omasta toimintakyvystä ja sen mukaan muokataan mahdollista ohjaamisen tarvetta. (Ihalainen & Kettunen 2009, 157.)

### 5.3.2 Esimerkkejä kaveritoiminnoista

Voimavirta on tamperelaisen OmaPolku ry:n kansalaistoiminta- ja vertaistukityötä, joka järjestää Omakaveri – toimintaa. Toiminnan kohderyhmänä ovat erityistä tukea tarvitsevat kehitysvammaiset nuoret (14 - 30 vuotta) sekä heidän vanhempansa. Voimavirta mahdollistaa nuorille tekemistä vapaa-ajalle, vanhemmille vertaistukea sekä mahdollisuuden tehdä vapaaehtoistyötä kohderyhmän nuorten parissa. Voimavirran tarkoituksena on mahdollistaa erityistä tukea tarvitseville kehitysvammaisille nuorille innostavaa ja osallistavaa tekemistä vapaa-ajalle. Sosiokulttuurinen innostaminen sekä nuorisotyön näkökulma ohjaavat toimintaa, jota rahoittaa RAY. (Voimavirran www-sivut 2013.)

Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry on kansalaisjärjestö, joka järjestää yhtenä toimintamuotona Keharikaveritoimintaa, jonka tavoitteena on lisätä kehitysvammaisten osallistumisen mahdollisuutta erilaisiin toimintoihin, tukea heidän itsenäisyyttään sekä ennalta ehkäistä syrjäytymistä. Keharikaverin kanssa voi tehdä monenlaisia asioita, jotka liittyvät esimerkiksi vapaa-aikaan ja harrastamiseen eikä tekemisen tarvitse olla kallista, pääasia on, että yhdessä tehdään ihan tavallisia asioita. Kehitysvammaiset ihmiset tarvitsevat usein toisen ihmisen tukea, jotta voivat viettää vapaa-aikaansa mieleisellään tavalla. Keharikaveritoiminnassa ei ole koulutusvaatimuksia, vaan tärkeimpiä ominaisuuksia ovat rehellisyys, hyvät vuorovaikutustaidot, huumorintaju ja avoin mieli. Kaverit voivat keskenään sopia tapaamisen ajankohdista, mutta käytännössä tapaamisia on kerran tai kaksi kuukaudessa. Kaveritoiminta on vapaaehtoista, eli siitä ei makseta korvausta, eikä myöskään aiheudu kuluja. Omasta tukihenkilöstä tulee yhteisen toiminnan kautta monelle kehitysvammaiselle henkilölle erittäin tärkeä ihminen. (Helsingin kehitysvammatuki 57 ry:n www-sivut 2013.)

Best Buddies – toiminta on syntynyt Yhdysvalloissa 1980-luvun lopulla ja tällä hetkellä toimintaa on jo yli 50 maassa. Suomessa Best Buddies – vapaaehtoistoiminta on aloittanut vuonna 2007 ja toimintaa rahoittaa raha-automaattiyhdistys. Toiminnan tavoitteena on edistää suvaitsevaisuutta, asennemuutosta ja kaikille avointa osallistumista. Usein kehitysvammaisten ja vammattomien henkilöiden elämät erkaantuvat toisistaan jo lapsuusiässä. Koulut sekä lasten ja nuorten harrastuspiirit ovat molemmilla ryhmillä oman- sa. Tilaisuudet, joissa kaikki nuoret voisivat tasavertaisesti kohdata ja tutustua toisiinsa, ovat erittäin harvassa. Best Buddies – toiminnassa kummankaan kaverin tehtävä ei ole valvoa, ohjata, hoitaa tai avustaa, vaan aidosti viettää aikaa yhdessä ja tehdä ihan tavallisia asioita. (Kehitysvammaisten tukiliitto ry:n www-sivut 2013b; Skytt, R. 2012, 27-28.)

### 5.3.3 Henkilökohtainen apu

Henkilökohtainen apu on vammaispalvelulain mukaista ja maksutonta palvelua sekä subjektiivinen oikeus, joka mahdollistaa vaikeavammaiselle ihmiselle itsenäisen elämän. Jos vaikeavammainen ihminen tarvitsee toisen ihmisen apua kotona tai kodin ulkopuolella, järjestetään hänelle henkilökohtaista apua. Apu kohdistuu sellaisiin asioihin, joita henkilö ei vamman tai sairauden vuoksi pysty tekemään. Henkilökohtaisessa avussa tärkeää on auttaa henkilöä omien valintojensa toteuttamisessa, kuten päivittäisissä toimissa, harrastuksissa, työssä ja opiskelussa ja sosiaalisen vuorovaikutuksen ylläpitämisessä. Avun tarpeen arvioinnissa henkilön toimintakyky ratkaisee. Kuitenkaan ke-  
tään ei voida rajata tietyn vamman, diagnoosin tai iän perusteella henkilökohtaisen avun ulkopuolelle. Vaikeavammainen ihminen päättää itse siitä, mitä, missä ja milloin hän saa henkilökohtaista apua sekä siitä kuka häntä avustaa. Henkilökohtaista avustajaa haetaan kunnan sosiaalitoimistosta ja apua voidaan järjestää niin, että henkilö palkkaa itselleen henkilökohtaisen avustajan, ostaa avustajapalvelun kunnan antamalla palvelusetelillä tai saa kunnan järjestämää tai hankkimaa avustajapalvelua. Henkilön avun ja avustamisen tarpeiden perustuessa pääosin hoivaan, hoitoon ja valvontaan, tulee muiden sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden ja tukitoimien vastata niihin tilanteisiin. (Assistentti.infon www-sivut 2013.)

## 6 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET JA RAPORTOINTI

Opinnäytetyötutkimusprosessiin kuului perehtyminen esteettömyyteen ja saavutettavuuteen Kamupankki – avustajapalvelun näkökulmasta. Toiminnallinen osuus tapahtui konkreettisesti pilotoimalla Kamupankki - avustajapalvelua. Tässä luvussa käsitellään työn tärkeimpiä tuloksia sekä esteettömyyden että pilotoinnin tuloksista.

### 6.1 Kamupankki - avustajapalvelun tarkastelua esteettömyyden eri näkökulmista

”Ihmiset ovat yhdenvertaisia lain edessä. Ketään ei saa ilman hyväksyttävää perustetta asettaa eri asemaan sukupuolen, iän, alkuperän, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielihyvänsä, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella.” (Finlexin [www-sivut 2013b](#).) Toimiessaan esteettömyys edistää ihmisten yhdenvertaisia mahdollisuuksia toimia yhteiskunnassa, parantaa ihmisoikeuksien toteutumista sekä vähentää syrjäytymistä. Esteettömyys on merkittävä osa etenkin tukea tarvitsevien henkilöiden yhdenvertaisuuden toteutumista. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry:n [www-sivut 2013c](#).)

Esteettömyys on laaja kokonaisuus, johon kuuluu lukuisia eri osa-alueita, kuten fyysinen, psyykkinen, sosiaalinen ja taloudellinen. Esteettömyyteen vaikuttavat myös asenteet ja esteettömyyden edistämiseksi asennemuutoksella onkin merkittävä rooli. Esimerkiksi tukea tarvitseviin ihmisiin kohdistuvat ennakkoluulot ovat edelleen esteenä heidän jokapäiväisen elämänsä sujuvuuden kannalta. (Papunetin [www-sivut 2013](#).) Esteettömyys käsittää kaikkien ihmisten luontevan osallistumisen harrastuksiin, opiskeluun ja vapaa-aikaan. Tämä tarkoittaa tiedon ymmärrettävyyttä, palvelujen saatavuutta ja välineiden käytettävyyttä. (Esteetön [www-sivut 2013](#).)

Syrjäytymisen torjumisessa ja ehkäisyssä on keskeiseksi tekijäksi nostettu osallisuus. Osallisuuden osatekijöitä ovat riittävä toimeentulo ja hyvinvointi, yhteisöihin kuuluminen sekä valtaisuus. Hyvään elämään, riittävään toimeentuloon, hyvinvointiin ja turvallisuuteen on jokaisella oikeus. Hyväksyntää ja luottamusta vahvistaa kuuluminen yhteisöön ja yhteiskuntaan, mutta joillakin henkilöillä voi esiintyä juuri näillä alueilla puutteita, jolloin seurauksena voi olla yhteisöistä ja yhteiskunnasta vetäytymistä. Yhteiskun-

nan toimin yksilön ja ryhmien osallisuutta ja sitä kautta myös hyvinvointia voidaan lisätä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2013d.)

Fyysisessä esteettömyydessä rakenteelliset esteet eivät rajoita ihmisten elämää, vaan se mahdollistaa, että henkilö voi itse saada palveluita ja henkilöllä on mahdollisuus vaikuttaa itseään koskeviin päätöksiin. Usein fyysinen esteettömyys on edellytys sekä viestinnän että palvelujen saavutettavuudelle. (Ihmisoikeudet.net www-sivut 2013.)

Toimintaympäristö, jossa jokainen voi turvallisesti olla oma itsensä, ilman pelkoa syrjinnästä, on osa sosiaalista esteettömyyttä. Toisen yksityisyyttä tulee aina kunnioittaa ja jokaisen omat henkilökohtaiset lähtökohdat on otettava huomioon. Sosiaalisen esteettömyyden toteutuminen arjessa, määräytyy pitkälti ihmisten oman käyttäytymisen perusteella, joten kaikkien on oltava siitä yhdessä vastuussa. (Kehitysvammaisten tukiliitto ry:n www-sivut 2013c.)

Taloudellinen esteettömyys tarkoittaa henkilön mahdollisuuksia toimia sujuvasti yhteiskunnassa ilman, että se riippuisi hänen omasta taloudellisesta tilanteestaan. Taloudellinen niukkuus on joissakin perheissä selkeä riskitekijä mahdollisuuksille harrastaa. Se altistaa helposti sosiaaliseen syrjäytymiseen ja on lisäksi usein syynä erilaisiin mielen-terveyshäiriöihin. (Määttä 2007, 115; Sosiaaliportin www-sivut 2013.)

Tukea tarvitsevien henkilöiden oikeusturvan ja aseman kannalta palveluiden alueellinen eriarvoisuus ja resurssien niukkuus voivat aiheuttaa kohtuuttomia tilanteita ja esimerkiksi tuen hakemisessa kielteisiä päätöksiä, joista valittaminen vie aikaa ja jotka rajoittavat tukea tarvitsevien henkilöiden mahdollisuuksia elää tasavertaisesti. Kokemukset kohtuuttomuudesta liittyvät useasti sekä saamatta jääneisiin palveluihin ja etuuksiin että viranomaisten tai ammattilaisten asenteisiin tai toimintatapoihin. Huolestuttava tilanne oikeusturvan kannalta on myös, että palvelu- ja tukijärjestelmiä eivät aina osaa käyttää ne, jotka apua eniten tarvitsevat ja lisäksi tiedon saanti saattaa olla vajavaista. (Haarni 2006, 52.)

## 6.2 Kamupankki - avustajapalvelun pilotoinnin tulokset

Kamupankki - avustajapalvelun pilotointiin kuului kamuksi ryhtyminen tukea tarvitsevalle nuorelle. Yhteistyön aloittamisessa nuorelle ja hänen perheelleen kerrottiin tarkemmin palvelun ideasta ja pilotoinnin tarkoituksesta, eli siitä kuinka tärkeää on saada kokemusta kamuna toimimisesta. Kokemuksen myötä pystyy hahmottamaan Kamupankki - avustajapalvelun kokonaisuutta paremmin ja sen kautta havaitsemaan herkemmin kehittämisen paikkoja. Pilotoinnin kautta huomaa, minkälaisia sopimuksia ja kaavakkeita on hyvä tehdä ja mitä toimintamahdollisuuksia Pori tarjoaa. Samalla selviää myös kuinka paljon erilaiset toiminnot kustantavat. Osana pilotointia kuului kartoittaa, kuinka muut kaveritoiminnot toimivat Suomessa. Niistä saa ideoita Kamupankki - avustajapalvelun toimintaan, vaikka sen toimintaidea poikkeakin melko paljon useimmista muista avustajapalveluista.

Aiheen työstämisessä on merkittävää kontaktien luominen. Suunnitteluvaiheessa oli tärkeää miettiä, kuinka aihetta lähtee käytännössä toteuttamaan ja mihin työn rajaa. Yhteistyöpalaverit ja sosiaalialan ammattilaisten haastattelut olivat merkittävä osa sekä suunnittelua että Kamupankki – avustajapalvelun käynnistämistä.

### 6.2.1 Yhteistyöpalaverit

Tammikuussa 2013 oli erään Koivulan koulun opettajan kanssa palaveri, jossa oli aiheena Kamupankin suunnittelu ja sen pilotointi. Palaveriin kuului aiheen esittely ja opettajan mielipiteiden havainnointi ja niiden kirjaaminen muistiin. Palaverin tuloksena kirjoitin yhdelle Koivulan koulun oppilaalle ja hänen perheelleen kirjeen, jonka opettaja välitti. Näin ollen sekä perheen että nuoren henkilöllisyys pysyi itseltäni salassa. Kirjeessä kerroin Kamupankki - avustajapalvelusta ja sen pilotoinnista kamuna. Olennaista oli myös esitellä itsensä, jotta perhe sai tietää mahdollisimman laajasti mistä on kysymys. (Liite 1.) Kun perheen kiinnostus toimintaan selvisi, sain heidän yhteystietonsa opettajalta ja otin yhteyttä perheeseen, jolloin sovittiin ensimmäinen tapaaminen. Ensimmäistä tapaamiskertaa suunniteltaessa edettiin perheen ehdoilla, etenkin tapaamispaikkaa ajatellen, joka oli perheen oma koti. Yhteistyömme alkoi maaliskuussa 2013,

jolloin meillä oli alkupalaveri toiminnasta. Tällöin keskusteltiin ja sovittiin käytännön asioista ja toiminnan toteuttamisesta.

Huhtikuussa 2013 oli yhteistyöpalaveri, jossa oli mukana sosiaalialan ammattilaisia, kuten sosiaalityöntekijä Heikki Mustonen Antinkartanosta ja sosiaaliohjaaja Susanna Lahtinen Porin vammaispalveluista. Palaverissa aiheena oli opinnäytetyösuunnitelman esittely ja siihen liittyvät kysymykset ja mielipiteet sekä niiden havainnointi ja kirjaus. Yhteistyöpalavereissa nousi esille paljon hyviä mielipiteitä ja totesimmekin, että on paljon hyviä käytäntöjä, joiden vain pitäisi kohdata. Tärkeänä pidimme, että Kamupankki –avustajapalvelun toiminta olisi alusta asti selkeää, jotta kamun saaminen olisi vaivatonta ja luontevaa. Siihen liittyen tarvitaan hyvä suunnitelma ja pohjatyö. Pilotoinnin kautta saatiin tärkeää materiaalia, jota jatkosuunnittelussa voi hyödyntää, kuten kehittämisideoita ja käytännön vinkkejä toimintaan. Yhteistyöpalavereissa korostui, että Kamupankin kaltaiselle palvelulle olisi tarvetta, sillä keskustelimme siitä, kuinka haasteellista voi toisinaan olla tukihenkilön löytäminen tai saaminen.

#### 6.2.2 Nuoren kanssa toimiminen

Yhteistyö 15 vuotiaan nuoren kanssa alkoi keväällä 2013 ja kesti syksyyn 2013 asti. Yhteensä tapaamiskertoja nuoren kanssa oli kuusi (6), joihin sisältyi monipuolisesti sitä mitä nuori perheensä kanssa toivoi tehtävän. Yhteisistä tekemisistämme päätettiin yhdessä nuoren ja perheen kanssa, toisinaan perhe saattoi itse ehdottaa esimerkiksi keilausta tai teatteria. Kustannukset jakaantuivat niin, että perhe maksoi myös minun osallistumiseni kaikkeen tekemiseen. Kuljetukset järjestyivät omalla henkilöautollani, kun olimme molemmat, sekä minä että nuoren huoltaja, allekirjoittaneet kuljetuslupalapun. (Liite 2.)

Ensimmäiseen tapaamiskertaan valmistauduin alustavilla kysymyksillä, kuten mitä perhe ja nuori toivoo, että tullaan yhdessä tekemään ja onko jotain asioita, joita tulee erityisesti ottaa huomioon. Samalla keskusteltiin kustannuksista ja kerroin, että osallistun mielelläni kaikenlaiseen tekemiseen, mutta tällöin perheen pitää kustantaa myös osallistumiseni nuoren lisäksi, sillä kustannuksia ei voi minulle toiminnasta kertyä. Kulkemismahdollisuuksista keskusteltiin ja päätettiin, että voin kyyditä nuorta, kun olemme

allekirjoittaneet kuljetuslupalapun, josta jää molemmille osapuolille yksi kappale. Nuori oli avoin kaikenlaiselle toiminnalle ja oli innokkaasti mukana kaikessa mitä yhdessä teimme. Jokaisen tapaamiskerran päätteeksi kyselin häneltä, että mitä mieltä hän oli tapaamiskerrasta ja mitä toivoisi seuraavalla kerralla tehtävän.

Ensimmäisellä tapaamiskerralla oli hyvä kysellä nuoren kiinnostuksen kohteista ja tiedustella hänen omia ideoitaan, mitä toivoisi yhdessä tehtävän. Kun alkututustuminen oli tehty, yhteistyötä oli luonnikkaampi jatkaa puolin ja toisin. Ensitapaamisessa kerroin myös itsestäni lisää. Avasin esimerkiksi hieman laajemmin jo kirjeessä mainitsemiani harrastuksia ja aikaisempia työkokemuksia, jotka voivat olla hyödyksi toiminnassa. Samalla keskusteltiin myös sosionomi (AMK) opinnoistani, jotka ovat olennaisesti hyödyksi Kamupankki – avustajapalvelun pilotoinnin kannalta. Tapaamiskertoja nuoren kanssa kertyi kuusi, jotka ovat esiteltynä kuviossa 2. Tapaamisien ohessa kartoitin mitä Porissa voi yhdessä nuoren kanssa tehdä ja samalla tein listaa toimintojen kustannuksista. Kamuna toimiessani havaitsin kehittämisen paikkoja ja kirjasin niitä aktiivisesti muistiin, jotta voin niitä opinnäytetyön loppuosassa tuoda esiin.

---

### **Tapaamiskerrat nuoren kanssa**

#### **18.3 Ensimmäinen tapaaminen, toiminnan suunnittelu ja tutustuminen**

#### **19.3 Uiminen, Porin uimahalli, kuljetuslupan allekirjoittaminen**

#### **4.4 Kaupungilla jäätelöllä käynti ja shoppailua**

#### **8.5 Teatteri, Porin Teatteri, Iso Kiltti Jättiläinen**

#### **26.6 Kalastus, Ahlainen**

#### **17.8 Purjehdus, Kallo**

---

Kuvio 2. Tapaamiskerrat nuoren kanssa.

### **6.2.3 Esimerkkejä Kamupankki – avustajapalveluun soveltuvista aktiviteeteista Porissa**

Porissa on mahdollisuus viettää vapaa-aikaa monella tavalla. Tietoa toimintamahdollisuuksista löytää kätevästi internetistä, lehdistä ja ilmoitustauluilta. Kustannukset vaihtelevat sen mukaan minkälaista tekemistä haluaa. Porissa on hyvät mahdollisuudet harrastaa täysin ilmaistakin toimintaa, kuten ulkoilua Kirjurinluodossa tai Yyterissä ympäri vuoden. Arvokkaampaa tekemistä löytyy, sillä erilaisia konsertteja, festareita ja muita tapahtumia järjestetään aktiivisesti etenkin kesäaikaan. Kuviossa 3. esitellään eri toiminta- ja kustannusvaihtoehtoja Porissa.



Nollabudjetin toimintaa	Edullista toimintaa	Hieman arvokkaampaa toimintaa
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Onginta</li> <li>• Retkeily luonnossa</li> <li>• Ilmaiset konsertit</li> <li>• Uiminen luonnon vesistöissä</li> <li>• Ilmaiset tapahtumat, kuten Yyterissä 08/2013 järjestetty tapahtuma, jossa esiteltiin esteettömiksi sovellettuja lajeja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Melominen, Melamajavat Ry, Pori, Aikuiset 7€, nuoret alle 18v. ja opiskelijat 3€.</li> <li>• Melonta-aika on kaksi tuntia. Ylimenevältä ajalta 3 €/alkava tunti.</li> <li>• Kiipeily, Climbing Club Pori Ry 5€/hlö</li> <li>• Uiminen, Keskustan uimahalli, Kertamaksut: aikuinen 5€, lapset 4-17 vuotta ja opiskelijat 2,80€</li> <li>• Biljardi, Bowling 4 You, 8,00€ / tunti</li> <li>• Shuffleboard-pöytäcurling 8,00€ / tunti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teatteri, Pori, hinnat voivat hieman vaihdella esityksestä riippuen. Tässä hinnat esityksestä, jonka kävimme yhdessä nuoren kanssa katsomassa.</li> <li>• Iso Kiltti Jättiläinen, aikuinen 20€, opiskelijat ja lapset 15€.</li> <li>• Elokuvat, Finnkino Promenadi Pori, hinnat vaihtelevat sen mukaan mihin aikaan päivästä menee elokuviin ja meneekö katsomaan 2D vai 3D elokuvan. Hintahaarukka on noin 6,50-15,00 €.</li> </ul>

Kuvio 3. Toimintamahdollisuuksia Porissa.

#### 6.2.4 Kamupankki – avustajapalvelun tulevaisuus

Kamupankki - avustajapalvelun perustaminen on osa SAMK esteettömyys osa-alueen tutkimus-, kehittämis- ja innovaatiotoimintaa. Tavoitteena on, että Kamupankki – avustajapalvelu tulee osaksi interaktiivisia, kaikille.fi, esteettömyyden verkko-oppimissivustoja. Kamupankki – palvelun kohdalta löytyisi tietoa toiminnasta sekä palvelun kautta saatavista kamuista, jolloin informaatio olisi kaikkien saavutettavissa esteettömästi. Alustavana ideana on, että Satakunnan ammattikorkeakoulun opiskelijat voivat ilmoittautua Kamupankki - avustajapalveluun kamuiksi ja ansaita sitä kautta opintopisteitä. (Karinharju, K. SAMK Esteettömyys 2014.) Opinnäytetyöprosessin loppuksi kävin käynnistämässä Kamupankki – avustajapalvelun, sillä materiaali vietiin kaikille.fi -sivustolle, jossa se on kaikille saavutettavissa. Kamupankki – avustajapalvelu on tarkoituksena tulevaisuudessa liittää myös osaksi palvelukeskus Soteekin toimintaa.

## 7 POHDINTAA

Opinnäytetyöprosessi lähti liikkeelle syksyllä 2012 aiheen valinnalla ja alustavalla suunnitelmalla. Opinnäytetyöprosessi on ollut alusta asti itselleni mielenkiintoinen, sillä kiinnostus ja into aiheeseen ovat säilyneet koko ajan. Koen Kamupankin erittäin tärkeänä palveluna, joten aiheen työstäminen on ollut myös hyvin haastavaa, sillä tietynlaisten rajojen vetäminen on ollut itselleni vaikeaa. Opinnäytetyön rajaaminen tiettyihin osa-alueisiin onkin ollut erittäin tärkeää, sillä aihe on niin laaja, että se olisi helposti saanut aivan liian suuret mittasuhteet.

### 7.1 Opinnäytetyön aiheen valinta

Aiheen valinta oli mielestäni yllättävän helppoa. Aluksi itselläni ei ollut tarkkaa tietoa mistä haluaisin opinnäytetyön tehdä, mutta se selkiytyi nopeasti. Kerroin opinnäytetyön ohjaajalleni mikä itseäni kiinnostaa, eli tukea tarvitsevien lasten ja nuorten tukeminen ja hyvinvointi. Tiesin, että tukihenkilön saaminen ei ole kaikille yksinkertaista, vaikka tarvetta varmasti avustajapalvelulle olisi. Ohjaajallani oli tieto, että erityiskoulusta, koulukuraattorilta ja sosiaalityöntekijältä oli tullut palautetta, että tarvetta kentällä on. Näiden pohjalta syntyi ajatus palvelusta, jossa ”tukihenkilöinä”, eli kamuina, toimisivat SAM-Kin opiskelijat ja kohteena olisivat Satakunnan alueen tukea tarvitsevat lapset ja nuoret. Palvelun nimeksi muotoutui Kamupankki - avustajapalvelu ja aihe alkoi edetä ja selkeytyä.

### 7.2 Opinnäytetyön tutkimusote

Toiminnallisessa opinnäytetyössä pääsin mielestäni toteuttamaan itseäni paremmin ammatillisesti. Olen mielelläni ihmisten kanssa tekemisissä ja yhteistyö hyvän asian kehittämiseksi, on mielestäni tärkeää. Kamupankki - avustajapalvelua pilotoidessani tukea tarvitsevan nuoren kanssa, hyödynsin aikaisempia työkokemuksiani, harrastuksiani ja tietenkin sosionomi (AMK) opintojani. Olen toiminut paljon nuorten kanssa erilaisilla leireillä ja kerhoissa sekä kokeilin itse mielelläni uusia harrastuksia. Mielestäni tästä oli hyötyä kamuna toimiessani, sillä olin avoin kaikille toimintamahdollisuuksille ja osasin

myös itse ehdottaa, mitä yhdessä voisimme tehdä. Pilotointi nuoren kanssa oli sujuvaa ja tulimme hyvin juttuun. Pääsimme laajasti kokeilemaan eri vapaa-ajan viettämisen tapoja ja nuori oli aina innokkaasti toiminnassa mukana. Osallistuvan havainnoinnin koin mielekkääksi tutkimusmenetelmäksi, sillä pääsin laajasti ja vapaamuotoisesti keskustelemaan ja havainnoimaan ihmisiä niin yhteistyöpalavereissa kuin kamuna toimiesani. Itse vierastan kaavamaisia kyselylomakkeita, joten tämä tuntui luontevammalta vaihtoehdolta.

Teorian kautta työhön tuli lisää syvyyttä ja aihe avautui myös itselleni paljon laajemmin. Olennaisinta oli miettiä, että mitä Kamupankin kaltaisesta palvelusta on hyötyä tukea tarvitsevalle lapselle ja nuorelle. Terveiden ja hyvinvoinnin määrittelyn kautta pääsin vapaa-ajan ja harrastamisen merkitykseen. Näiden jälkeen koin tarpeelliseksi kertoa tukea tarvitsevista lapsista ja nuorista tarkemmin ja sen kautta lähteä käsittelemään aihetta varhaisen puuttumisen ja tuen tarpeesta. Aiheen kokonaisvaltaisen ymmärtämisen vuoksi, pidän tärkeänä, että opinnäytetyö käsittelee myös muita ”avustajatoimintamalleja”, kuten tukihenkilötoimintaa, henkilökohtaista apua sekä muita kaveritoimintoja Suomessa. Niiden kautta huomaa herkemmin, mikä ero on Kamupankki - avustajapalvelulla näihin muihin avustajapalveluihin. Samalla huomaa, minkälaisia yhtäläisyyksiä palveluilla on. Opinnäytetyötä tehdessä olen pyrkinyt avaamaan laajasti erilaisia käsitteitä, jotka liittyvät Kamupankki – avustajapalveluun.

Teorian löytäminen opinnäytetyöhön oli osittain hyvin haasteellista, sillä tämänkaltaisesta kaveritoiminnasta en löytänyt suoranaisesti tietoa. Muualla Suomessa toimivat kaveritoiminnat perustuvat paljolti vapaaehtoistoimintaan, jotka ovat suunnattu lähinnä kehitysvammaisille ja toinen ”ääripää” onkin tukihenkilötoiminta. Samoin tukea tarvitsevan lapsen ja nuoren määritelmää oli hankala löytää, johtuen kenties juuri määritelmän haasteellisuudesta. Tässä auttoi onneksi Hanna Hannukaisen henkilökohtainen tiedonanto asiasta, joka avasi ja selkeytti myös itselleni paljon kyseistä käsitettä.

Tutkimusotteen löytäminen opinnäytetyön konkreettisessa kirjoittamisessa oli hankalin vaihe. Aikaisemmin olen tottunut tekemään hyvinkin laajoja tehtäviä, mutta tämänkaltaista tutkimuksellista työtä en ole ennen tehnyt. Haasteena oli kirjoittaa tarkkaa asiaa tekstiä, joka pohjautuu teorian tietoon ja on jäsennelty loogisesti.

### 7.3 Opinnäytetyön tuloksista

Avustajapalvelussa sekä kaveritoiminnassa on tärkeää, että tehtävä on itselle sopiva. Vain tällöin työn voi kokea itselleen mieleiseksi. Sama pätee Kamupankki - avustajapalvelussa. Toiminta ei saa tuntua liian ulkoapäin sanellulta eikä siinä saa olla epärealistisia tavoitteita. Sen vuoksi on tärkeää, että jokainen kamuksi ryhtyvä, tosissaan haluaa tehdä työtä aidosti. On huomioitava, että omat taidot, edellytykset ja ennen kaikkea aika riittävät. Kun sitoutuminen Kamupankki -avustajapalveluun on itselle sopivaa, se tuo mukanaan paljon positiivisia kokemuksia, joita ei välttämättä osannut edes odottaa. Se on omaa ammatillisuutta ajatellen iso askel eteenpäin, kun on saanut toimia kamuna kamua tarvitsevalle henkilölle. Miespuolisia kamuja olisi suotava saada paljon, sillä itselläni yksi kamuyhteistyö kaatui juuri siihen, että olin naispuolinen. Perhe olisi toivonut kamun olevan mies, sillä heidän nuori oli miespuolinen.

Kamupankki – avustajapalvelun nimi on herättänyt mielenkiintoa ja kysymyksiä kentällä. Eräässä palaverissa nousi esiin, että onko palvelu enemmän avustaja- vai kaveripainotteista? Avustaja termi saattaa aiheuttaa kuulijalle tietynlaisia mielikuvia, samoin kuin kaveripalvelu. Tätä nimeä on kuitenkin haluttu ainakin tähän asti käyttää, sillä toiminnan olisi tarkoitus olla mahdollisimman tasavertaista. Koin itse Kamupankki - avustajapalvelua pilotoidessani, että on luonnikasta olla tasavertainen kamu, jolloin palvelun tärkein anti perustuu yhdessä olemiseen ja tekemiseen, ei niinkään avustamiseen. Jos nimestä jättäisi Kamu-osion pois, saattaisi palvelun perimmäinen tarkoitus hämärtyä. Kaverillisessa toiminnassa on mielestäni enemmän kyse juuri yhdessä olemisesta, eikä tarkoituksena välttämättä ole muodostaa sen syvempää ystävyyssuhdetta. Kyseisten termien käyttö on hieman haasteellista, sillä jokainen saattaa tulkita niitä eritavalla ja omista lähtökohdistaan.

### 7.4 Kamupankki - avustajapalvelun kehittämisideoita ja tulevaisuus

Kamupankin ideaa pilotoimalla huomasin monia erilaisia kehittämisen paikkoja. Toiminnan sujuvuuden kannalta olisi tärkeintä, että on yhtenäinen linja alusta asti kuinka kamuna toimitaan ja kuinka toimintaa käytännössä toteutetaan. Tähän apuna voisi käyttää erilaisia kaavakkeita ja infopaketteja, jotka löytyisivät myös kaikille.fi – sivustolta,

Kamupankin kohdalla. Kamupankki - avustajapalvelun tullessa osaksi kaikille.fi – sivustoa, on alustavaa ajatusta ollut, että sieltä löytyisi kohta, josta voisi varata kamun tietylle ajankohdalle. Tämä mahdollistaisi kamun hankkimisen myös internetin kautta, jolloin kamun varaaminen olisi kätevää tehdä, vaikka kotoa käsin. Yhteistyön aloittamisessa edellytettäisiin kuitenkin tapaamista, jossa olisi mukana kamu, tukea tarvitseva lapsi tai nuori sekä hänen perheensä.

Yksi tärkeä kaavake Kamupankin kannalta olisi luoda infopaketti, josta kävisi ilmi kaikki oleellinen tieto, kuinka kamuna toimitaan. ”Näin toimit kamuna” -infotekstistä selviäisi esimerkiksi Kamupankin periaatteita, jotka olisivat osittain samoja kuin lastensuojelun tukihenkilötoiminnan periaatteet:

- Luotettavuus kamusuhteessa tarkoittaa sitä, että kamuna toimiva sitoutuu tehtävänsä ja pitää lupauksensa.
- Kamua tarvitseva voi kertoa luottamuksellisesti asioistaan kamuna toimivalle.
- Kamuna toimiva ei saa kertoa kamun ja hänen perheensä asioita muille.
- Kamu kunnioittaa jokaisen ihmisen erilaisuutta ja oikeutta omiin näkemyksiinsä.
- Kamu ei arvostele perheen toimintatapoja, vaikka ne tuntuisivat itselle vierailta.
- Kamu ei puutu perheen omiin henkilökohtaisiin suhteisiin.
- Kamu tarjoaa tukea ja apua kamua tarvitsevan ehdoilla. Hän myös kunnioittaa itsemääräämisoikeutta eikä tee asioita tai päätöksiä kamua tarvitsevan puolesta.
- Kaikki osapuolet kohtaavat toisensa tasa-arvoisina erilaisuudestaan ja erilaisista näkemyksistä huolimatta. (Korhonen 2005, 14).

Kamupankki - avustajapalvelua pilotoidessani huomasin, että toimintaa on monenlaista ja myös kustannukset vaihtelevat sen mukaan mitä haluaa tehdä. Kehittämisidea Kamupankille olisi luoda kattava esite, jossa esitellään laajasti esimerkiksi nollabudjetin-, edullisen- ja hieman arvokkaamman toiminnan mahdollisuuksia ainakin Porin alueella ja mahdollisesti myöhemmin koko Satakunnan alueella. Näin ollen perhe saisi jo aluksi jonkinlaisen käsityksen siitä, mitä Kamupankki - avustajapalvelu voi pitää sisällään ja minkälaisia mahdolliset kustannukset suurin piirtein olisivat. Kamukaavake voisi olla myös yksi kehittämisen kohde. Kaavake voitaisiin täyttää esimerkiksi ensimmäisellä tapaamiskerralla yhdessä. Siihen täytettäisiin kaikki oleelliset tiedot toiminnan kannalta, kuten yhteystiedot, vaitiolovelvollisuus, kuljetuslupa, allergiat, sairaudet ja muut olennaiset tiedot. Kaavake toimisi samalla myös kätevänä keskustelurunkona, jolloin kaikki huomioitavat asiat tulee varmasti käytyä yhdessä läpi. Erittäin hyödyllinen apuväline tulevaisuuden Kamupankissa olisi Kamukortti. Kamukortin kanssa pääsisi erilaisiin

paikkoihin ja toimintoihin veloituksetta, tällöin esimerkiksi uimahallikäynnistä menisi vain yksi maksu kahden sijasta.

Kamupankki - avustajapalvelu on saanut paljon positiivista huomiota ja monet pitävätkin aihetta erittäin tärkeänä ja toivovat, että palvelu saadaan pian käyntiin. Samalla on havaittu, että kannattaa suunnitella kaikki mahdollisimman sujuvaksi jo ajoissa. Kysyntää on varmasti niin paljon, että kamupyyntöihin saattaa aluksi jopa ”hukkoa”, kun tieto palvelusta leviää ja saavuttaa kohderyhmänsä. Eräästä Porin alueen kehitysvammaisten asuntolasta innostuttiin ja ehdotettiin, että tätä aihetta pystyy hyvin jatkamaan opinnäytetöiden muodossa. Aiheita Kamupankkiin liittyen varmasti löytyisi paljon myös sen jälkeen, kun palvelu on saatu käyntiin. Palautteita ja kehittämisideoita voi kerätä niin kamuilta, tukea tarvitsevilta lapsilta ja nuorilta, heidän perheiltään, kouluista, asunto-loista ja eri ammattihenkilöiltä, jotka ovat jollain tavalla mukana Kamupankki - avustajapalvelussa.

Kamupankkiin liittyen olen saanut jo muutamia yhteydenottoja, vaikka toiminta on vielä hyvin alkuvaiheilla. Heikki Mustonen otti yhteyttä ja kertoi nuoresta pojasta, joka olisi vailla kamua. Poika kaipaasi kamukseen miespuolista henkilöä, joten yhteyttä otettiin miespuolisiin fysioterapiaopiskelijoihin. Laadin kirjeen, jossa kerroin hieman taustatietoa nuoresta kamua kaipaavasta pojasta. Tämän kirjeen välitin kyseisille opiskelijoille. (Liite 3.)

Kamupankki - avustajapalvelun kannalta seuraava tärkeä osuus on palveluun tarvittavien opiskelijoiden infoaminen palvelusta ja sen kautta sopivien kamuna toimivien opiskelijoiden löytäminen ja palvelun tiedoksi saattaminen asiakkaille. Opinnäytetyöprosessin lopussa olin esittelemässä ja kertomassa Kamupankki – avustajapalvelusta sekä Antinkartanossa että Porin vammaispalveluissa.

Mielestäni kamuna toimimisessa tärkein anti on hyvän mielen antaminen ja saaminen. Merkittävä osa palvelua on sekä halu auttaa että vaikuttaa. Siinä molemmat oppivat uutta, saavat uusia kokemuksia ja kehittävät omaa itsetuntoaan sekä tekemällä jotain tärkeää että kokemalla olevansa tärkeä. Auttaminen onkin huomattava osa avustajapalvelua ja kaveritoimintaa. Kamupankin idea opinnäytetyön aiheenani lähti liikkeelle myös samaisesta asiasta, halusta auttaa. ”Auttamisen halun taustalla voi olla esimerkiksi huoli

lasten tai nuorten tilanteesta. Auttamisen halu voi nousta myös omista kokemuksista. Kun on itse tullut autetuksi, haluaa auttaa muita.” (Korhonen, A. 2005, 13.) Kamuna toimiessa on tärkeää huomioida, että toiminta on koko ajan tasavertaista ja molemmat ovat niin sanotusti samalla tasolla, kumpikaan ei ole ylempänä saati alempana. Mielestäni se toimii lähtökohtana hyvälle ja toimivalle kamusuhteelle.

## LÄHTEET

Aaltonen, M., Ojanen, T., Vihunen, R. & Vilén, M. 2003. Nuoren aika. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Assistentti.info www-sivut 2013. Viitattu 10.11.2013.  
<http://www.assistentti.info/fi/etusivu/henkilokohtainen-apu>

Cacciatore, R. 2013. Luento: Mitä nuoren päässä liikkuu, miten tukea ja milloin huolestua. Viitattu 9.11.2013. <http://www.raisacacciatore.fi/21>

Esteetön www-sivut 2013. Viitattu 10.11.2013. <http://www.esteeton.fi/portal/fi/tieto-osio/esteettomyys/>

Finlexin www-sivut 2013a. Viitattu 9.11.2013.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2006/20060072>

Finlexin www-sivut 2013b. Viitattu 24.11.2013.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731#L2P6>

From, K, Koppinen, M-L, 2012. Menossa mukana. Jyväskylä: PS-kustannus. Opetus 2000.

Haarni, I. 2006. Keskeneräistä yhdenvertaisuutta. Helsinki: Valopaino Oy. Stakes Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.

Hannukainen, H. 2013. Koulutussuunnittelija. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Pori. Henkilökohtainen tiedonanto 10.10.2013.

Helsingin kehitysvammatuki 57 ry:n www-sivut 2013. Viitattu 10.11.2013.  
<http://www.keharikaveri.fi/kampanja1/ryhdy-keharikaveriksi>

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Huhtanen, K. 2004. Varhainen puuttuminen. Tampere: FINN LECTURA, Tammer-Paino Oy

Ihalainen, J. & Kettunen, T. 2009. Turvaverkko vai trampoliini. Helsinki: WSOYpro Oy.

Ihmisoikeudet.net www-sivut 2013. Viitattu 24.11.2013.  
<http://www.ihmisoikeudet.net/index.php?page=esteettoemyys>

Internetix opinnot www-sivut 2013. Viitattu 9.11.2013.  
[http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/te/te1/4\\_psykykinen\\_terveys/4.1.0psykykkista\\_terveytta\\_vahvistavat\\_tekijat?C:D=gjxy.fiMw&m:selres=gjxy.fiMw](http://opinnot.internetix.fi/fi/materiaalit/te/te1/4_psykykinen_terveys/4.1.0psykykkista_terveytta_vahvistavat_tekijat?C:D=gjxy.fiMw&m:selres=gjxy.fiMw)



Karinharju, K. SAMK Esteettömyys 2014. Tietoa, koulutusta ja tulosta. Sarja B, Raportit 1/2014. Satakunnan ammattikorkeakoulu, Pori. (Ilmestymässä).

Karinharju, K. 2013. Satakunnan ammattikorkeakoulu, esteettömyys. Viitattu 10.11.2013. <http://www.samk.fi/prime230.aspx>

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry:n www-sivut 2013a. Viitattu 12.11.2013. <http://www.kvtl.fi/fi/kehitysvamma->

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry:n www-sivut 2013b. Viitattu 10.11.2013. <http://www.kvtl.fi/fi/best-buddies/tervetuloa/>

Kehitysvammaisten tukiliitto ry:n www-sivut 2013c. Viitattu 12.11.2013. <http://www.kvtl.fi/fi/esteettomyys/esteettomyys/>

Korhonen, A. 2005. Lastensuojelun tukihenkilön käsikirja. Erityishuoltojärjestöjen liitto.

Linnakangas, R. & Suikkanen, A. 2004. Varhainen puuttuminen. Mahdollisuus nuorten syrjäytymisen ehkäisemisessä. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2004:7. Helsinki.

Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E-L. 2004. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Porvoo: WS Bookwell Oy.

Määttä, K. 2007. Helposti särkyvää. Helsinki: Kirjapaja.

Määttä, P. & Rantala, A. 2010. Tavallisen erityinen lapsi. Jyväskylä: WS Bookwell Oy.

Määttä, M. & Tolonen, T. 2011. Annettu, otettu, itse tehty, Nuorten vapaa-aika tänään. Nuorisotutkimusseura ja tekijät. Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura, julkaisuja 112. Helsinki: Hakapaino.

Nyman, E. 1996. Tukihenkilötoiminta – tie elämänlaatuun. Pieksämäki: Kirja-paino Raamattutalo.

Mielenterveyden keskusliiton www-sivut. 2013. Viitattu 10.11.2013 [http://www.mtkl.fi/tietopankki/arjessa\\_selviytyminen/yksinaisyys/](http://www.mtkl.fi/tietopankki/arjessa_selviytyminen/yksinaisyys/)

Myllyniemi, S., Pekkarinen, E. & Vehkalahti, S. Lapset ja nuoret instituutioiden kehityksissä – Nuorten elinolot -vuosikirja 2012. Viitattu 10.11.2013. <http://www.nuorisotutkimusseura.fi/ajankohtaista/elinolot-vuosikirja-2012>

Myllyniemi, S. 2009. Nuorisobarometri. Viitattu 9.11.2013 <http://www.minedu.fi/OPM/Tiedotteet/2009/11/barometri.html>

Nyyti ry:n www-sivut. 2012. Viitattu 10.11.201. <https://www.nyyti.fi/tietoa/yksinaisyys/yksinaisyydelle-loytyy-monia-syita/>

OK-opintokeskuksen www-sivut 2013. Viitattu 10.11.2013. <http://ok-opintokeskus.fi/havainnonti>

Papunetin www-sivut 2012. Viitattu 10.11.2013.

<http://papunet.net/tietoa/kommunikoinnin-esteett%C3%B6myys>

Perheseteli.fi:n www-sivut 2013. Viitattu 10.11.2013. <http://www.perheseteli.fi/perhe-ja-tyo/76-tyo-ja-vapaa-aika>

Rinne Koti-Säätiön, KV-Tietopankki, www-sivut 2009. Viitattu 10.11.2013.

<http://www.kvhtietopankki.fi/arkisto/keskukset/antinkartano/>

Saari, E. 1997. Elämän syrjästä kiinni. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Sakasti.evl.fi – Kirkon palvelijoiden www-sivut 2013. Viitattu 10.11.2013.

<http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/sp?open&cid=Content2BE80C>

Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut 2013. Viitattu 10.11.2013.

<http://www.samk.fi/soteekki>

Skytt, R. 2012. Erilainen ystävä on elämän rikkaus. Tukilinja 6, 27-28

Sosiaaliportin www-sivut 2013. Viitattu 12.11.2013. <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/vammaispalvelujen-kasikirja/tutkimus-ja-kehittaminen/kasitteita/>

Suomi sanakirjan www-sivut 2013. Viitattu 10.11.2013.

<http://www.suomisanakirja.fi/pilotoida>

Terveyskirjaston www-sivut. 2013. Viitattu 9.11.2013.

[http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00903](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00903)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut. 2013a. Viitattu 7.11.2013.

[http://www.thl.fi/fi-FI/web/fi/organisaatio/rakenne/yksikot/terveys\\_ja\\_sosiaalitalous/optimi/2011/paakirjoitus3](http://www.thl.fi/fi-FI/web/fi/organisaatio/rakenne/yksikot/terveys_ja_sosiaalitalous/optimi/2011/paakirjoitus3)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2013b. Viitattu 12.11.2013.

[http://www.thl.fi/fi-FI/web/kasvunkumppanitfi/tyon/toimintatavat/liikunnan\\_edistaminen](http://www.thl.fi/fi-FI/web/kasvunkumppanitfi/tyon/toimintatavat/liikunnan_edistaminen)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2013c. Viitattu 12.11.2013.

[http://www.thl.fi/fi-FI/web/kasvunkumppanit-fi/tyon/lapsen/tuki\\_varhaiskasvatuksessa](http://www.thl.fi/fi-FI/web/kasvunkumppanit-fi/tyon/lapsen/tuki_varhaiskasvatuksessa)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2013d. Viitattu 12.11.2013.

[http://www.thl.fi/fi-FI/web/fi/organisaatio/rakenne/yksikot/osallisuuden\\_edistaminen/osallisuus\\_syrjitymisen\\_vastaparina](http://www.thl.fi/fi-FI/web/fi/organisaatio/rakenne/yksikot/osallisuuden_edistaminen/osallisuus_syrjitymisen_vastaparina)

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2004. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Virstan www-sivut 2013. Viitattu 10.11.2013. <http://www.stat.fi/virsta/tkeruu/01/07/>

Voimavirran www-sivut. 2013. Viitattu 10.11.2013. <http://www.voimavirta.info/>

Väestöliiton www-sivut. 2013. Viitattu 9.11.2013.  
[http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa\\_vanhemmille/murrosikaisten-vanhemmat/tietoa/kaverit\\_ja\\_vapaa-aika2/](http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/murrosikaisten-vanhemmat/tietoa/kaverit_ja_vapaa-aika2/)

Hei,

Olen Eevamaija Rajala, 23-vuotias sosiaalialan opiskelija Satakunnan ammattikorkeakoulusta.

Opiskelen koulussa nyt viimeistä vuotta ja olen aloitan tekemään opinnäytetyötäni. Osana opinnäytetyötäni haluaisin alkaa ns. tukihenkilöksi tai paremmin sanottuna ”isisareksi” muutamalle nuorelle. Nuoren kanssa voisin yhdessä tehdä kaikenlaista, kuten käydä uimassa, elokuvissa, keilaamassa, jääkiekko-ottelussa, kaupungilla kaa-kaolla tai vaikkapa opetella kulkemaan bussilla. Vaihtoehtoja on varmasti runsaasti ja tietenkin nuoren sekä perheen toiveiden mukaan toimittaisiin.

Kokemusta nuorten parissa toimimisesta on kertynyt runsaasti, sillä olen toiminut ohjaajana 4H-kerhossa, Punaisen Ristin Reddie Kids-kerhossa ja tällä hetkellä Frii-talan alakoulun koulukerhossa. Olen myös toiminut erilaisilla leireillä ohjaajana. Luonteeltani olen rauhallinen, iloinen ja uusista asioista innostuva.

Opinnäytetyössäni tavoitteenani on tutkia mahdollisuutta järjestää uutta palvelua, Kamupankkia, osaksi koulumme Soteekin palvelutoimintaa. Soteekissa on töissä sosiaali- ja terveysalan opiskelijoita ja he saisivat tästä korvauksena opintopisteitä. Kamupankki olisi suunnattu Satakunnan alueen tukea tarvitseville lapsille, nuorille ja aikuisille. Soteekin kautta yksilöt ja perheet voisivat tavallaan tilata avustajan mukaan erilaisiin tapahtumiin kuten elokuviin tai liikuntaharrastukseen.

Opinnäytetyössäni kartoitan laaja-alaista esteettömyyttä, johon kuuluu sekä sosiaalinen että taloudellinen esteettömyys. Tutkin, onko Satakunnan alueella tarvetta tällaiselle toiminnalle, minkälaista tukea nämä henkilöt toivoisivat ja miten se käytännössä toteutuisi.

Mikäli Teiltä ja nuoreltanne löytyy kiinnostusta tällaiselle Kamupankille, niin alkaisin erittäin innokkaasti ”isisareksi”. Kuulisin oikein mielelläni myös Teidän toiveita, mitä voisimme yhdessä nuoren kanssa tehdä. Mahdollisesti voisimme pitää

pienen palaverin, jossa kävisimme käytännön asioita läpi, kuten kuljetuksia ja tapaamisia. Itselläni on kyllä auto käytössä, joten voin hyvin hakea ja tuoda nuoren, jos vain tarvitsee. Tapaamisaikoja voisimme myös pohtia, itse ajattelisin että ehkä aluksi noin kerran kahdessa tai kolmessa viikossa ja sitten voitaisiin katsoa tilannetta uudelleen. Tapaamiskertoja voisi tulla yhteensä n. 5-10. Tämä yhteistyö voisi alkaa jo maaliskuun aikana ja kestäisi ainakin tämän kevään ja mahdollisesti jatkuisi myös kesälle.

Jos olette kiinnostuneita tästä aiheesta, niin voisimme pitää esimerkiksi pienen alkutapaamisen, jossa sopisimme yhdessä asioiden kulusta ja samalla tutustuisimme jo hieman toisiimme.

Ystävällisin terveisin,

Eevamaija Rajala

[eevamaija.rajala@student.samk.fi](mailto:eevamaija.rajala@student.samk.fi)

044-99 569 79

Opinnäytetyön ohjaajani:

Kati Karinharju

[kati.karinharju@samk.fi](mailto:kati.karinharju@samk.fi)

KULJETUSLUPA

Annan luvan ja suostumukseni, että Eevamaija Rajala voi tarvittaessa kuljettaa alakäistä lastani. Kuljetukset tapahtuvat Eevamaija Rajalan omalla henkilöautolla.

Allekirjoitus ja päivämäärä:

## KAMU HAKUSESSA!

Tervehdys!

Olen 14-vuotias poika ja etsin itselleni kamua. Olisitko sinä kenties minulle sellainen?

Olen käynyt ratsastusterapiassa ja sitä olisi vielä syksyn aikana neljä kertaa jäljellä. Kun se loppuu, tykkäisin kuitenkin jatkaa vielä ratsastusta harrastuksena. Mikäli sinusta tulisi kamuni, voisimme yhdessä käydä ratsastustunnilla, jolloin harrastus olisi minulle mahdollista. Työhösi kuuluisi lähinnä tukeminen ja mukana oleminen, sekä ohjaus tarvittaessa, jos innostun liikaa. ☺ Suuri plussa olisi myös, että sinulla olisi mahdollisuus sekä hakea että tuoda minut kotiin.

Ratsastusterapian opettajani sanoi, että mikäli alat kamukseni, voisit tulla mukaan myös ratsastusterapian tunnille katsomaan, mitä hevosen kanssa yhdessä teemme. Opettaja tietenkin myös sekä opastaisi että ohjaisi sinua, jotta pääsisimme sitten luontevasti alkuun, kun varsinaiset ratsastustunnit alkavat.

Toivottavasti tapaamme ja pääsemme tutustumaan paremmin toisiimme. ☺

PS. Toinen intohimoni on jääkiekko! Olisi aivan mahtavaa, jos voisimme mennä joskus yhdessä katsomaan Ässien matsia!